

好吃周刊



新民好吃微信订阅

本报专刊部主编 | 总第 433 期 | 2016 年 2 月 18 日 星期四 总策划:龚建星 责任编辑:龚建星 视觉设计:窦云阳 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn

澳门美食



葡式蛋挞是澳门小吃中最著名的，它早已成为了澳门美食的代名词。葡挞酥皮松脆，中间的部分香滑柔软，蛋香浓郁，味道一层又一层，却甜而不腻，口感一流。图为一名小朋友在澳门美食葡式蛋挞 3D 立体图前流连。——图/IC 文/豆儿

红泥小炉

文 / 西坡

皮蛋(下)

皮蛋身上有些令人难以理解的“密码”，比如它的颜色形成、松花形状、营养指标、制作过程、有害成分等等，这些都是对皮蛋发生兴趣的人很想搞清楚但又常常浅尝辄止、中途放弃的。或许它实在太复杂了，复杂到啃下一部《有机化学》也未必得逞。

算了，我们又不是卖皮蛋的，我们只是喜欢吃而已。喜欢就是理由，至于它给我们带来的坏处，自有专家会提示，或者作出改变。

几乎没有人不对皮蛋外面裹着的一层厚厚麦秆、稻壳、草木灰和黏土等感到疑惑不解，好像它们才是让鸭蛋变成皮蛋的“罪魁祸首”。其实真正起着关键作用的是里面掺杂的生石灰和纯碱：碱性环境使得鸭蛋中的蛋白质发生变化。

这些起着“关键作用”的东西，却是少年时代乃至人到中年的我的宿敌。喜欢皮蛋的人对于皮蛋外表的“盔甲”深深仇视：由于无法掌握可能存在的技巧，我们常常在敲掉“盔甲”的同时，不慎把蛋壳也敲碎了；更不可饶恕的是，皮蛋的蛋白黏壳黏得太牢，蛋黄过于溏薄，麦秆、稻壳、草木灰和黏土们乘机与之大会合，你中有我，我中有你，实在令人恨之次骨。有时，好不容易把“盔甲”扒净，眼看“革命”就要成功，发现敲破蛋壳一个口子，并没有产生连锁反应——以便把皮蛋从蛋壳中顺利取出而必须形成的一道大裂缝，只能再三敲打，开几个突破口；再一掰，不好，原本得到一个完整的皮蛋的

美好愿望破碎了，皮蛋变成两片或者更多……

物质紧缺时期，定量供应的皮蛋是重大节假日家宴冷菜系列中重要的一员。一个不完整的皮蛋无法作等分切割，也上不了台面。不光是孩子，连父母往往也要对着不成型的皮蛋露出一脸的沮丧和懊恼，好像自己的人生怎么会变得如此失败。

不知什么时候，皮蛋外面的“盔甲”基本不见了，而全是淡青色、带着些许黑麻点的皮蛋外壳，比从前的皮蛋干净了不少，食用起来方便不少。然而，忌惮也由此产生：是不是运用了现代化工技术？

当然，这不是最重要的。最重要的是，当前市场上凡是出售皮蛋的商家，如果不打出“无铅”两字便无法实现交易。

铅，在皮蛋里充当了什么角色？

我深信那些发明皮蛋或最初参与制造皮蛋的人，绝对不会了解铅在制造皮蛋过程中的作用，也许他们仅仅知道，用石灰、碱、盐、茶叶、草木灰掺在泥巴里，滚上磨糠，裹在鸭蛋外面，形成一层“盔甲”，就会成为皮蛋。有人还聪明地发现，如果在“盔甲”里加入黄丹粉，甚至能够获得皮蛋蛋白上相当漂亮的“松花”图案。

引入声光电的概念之后，人们才发现，这个“黄丹粉”是含氧化铅的，而氧化铅对人体并不友好。解决的办法是，不加黄丹粉或寻找替代品。结果，正如你所看到的那样，“松花”没有了，或者有“松花”而与习熟的味道有点不一样了。

没事儿，只要暗绿色（或琥珀色）的蛋白还在，只要熏鼻的氨味还在，皮蛋就在。

小青年火气大，一不对眼，便互相殴打。一打，难免鼻青脸肿。按从前上海人的说法便是“被兜（揍）了一个皮蛋”。此说甚为形象。现在人们改说“被打成了熊猫眼”，反而不如皮蛋生



动。这恐怕是如今喜欢吃皮蛋的人和过去比起来少得多了的缘故吧？

怎样的皮蛋算是好的皮蛋？

食客各有各的体验。一般而言，敲开壳，剥出蛋，蛋白上缀着不少“松花”（现在由于制法改变，松花图案越来越少见）。切开后会看到：第一层——呈琥珀色（或暗绿色），果冻状的蛋白；第二层——相对蛋白为硬者，呈墨色；第三层——较第二层为软者，呈土黄色，需有“粉”的感觉；第四层——熔岩状的溏心，呈墨绿色。如果一只皮蛋缺少了这些层次，大致可以断定还没有达到“佳境”。未至“佳境”可能有两种情况：过嫩，那就给予一段“培养期”（再放一段时间）；过久，那就太干了，吃口差，乃至成了坏蛋，吃不下了。

精于皮蛋吃法的人，绝不会拿把小刀来把皮蛋切成几等分，其结果不是使皮蛋变形就是使皮蛋的“玉体”横陈于砧板之上、“鲜血”凝结于刀刃之上，滴滴嗒嗒，看上去一塌糊涂。正确的办法是用一根极细的棉线绷紧后当刀使，一切一个准，得来全不费功夫。

江南人喜欢用皮蛋蘸点酱麻油吃；广东一带的生滚皮蛋瘦肉粥最为流行；凉拌皮蛋豆腐的影响甚广，外国人偏偏就认这种吃法；比较时髦的上海芦笋里皮蛋出没其间，不知是要借助它的色还是要倚重它的味？

我小时候吃过姨妈做的“相拼皮蛋”——白煮鸡蛋和皮蛋嫁接起来，然后切成片，做成冷菜，别出心裁，色彩尤佳。其中的原理，我到现在也搞不清！现在，我即使想请教她也不可能了。

临末还得呼应一下整篇《皮蛋》文章的开头——

八拆那里的人吃皮蛋极有讲究：皮蛋一切二片，然后在其中一片的上头一定要放一块紫姜，最后“阿乌一口头”，把皮蛋带姜一并放入嘴里，抿碎，嚼烂，咽下！

苏州人竟有这种粗豪吃法，实在令我惊叹不已。也许，这样才够爽吧！

周一菜

文 / 李兴福

咸鱼干烧毛豆

毛豆烧咸鱼干，下饭很开胃，即使多存放几天，也不会变质。



一、原

料：咸青鱼或咸咸鱼干 500 克，新鲜毛豆荚 500 克，剥成毛豆仁 200-250 克。调料：植物油 100 克，葱姜各 20 克，白砂糖 40-50 克，生抽酱油 40-50 克。

二、制作方法：将干咸青鱼用温水泡 20 分钟，用冷水洗净切成小方丁（约五角硬币大小）。葱姜洗净切成葱姜末，毛豆去壳，剥出毛豆仁。炒锅洗净，上火烧热，放油烧热滑锅；再放油烧热至 6-7 成热时；将咸鱼丁下油锅煎，变成金色，倒入盆内。锅内再放点油，将毛豆仁翻炒透倒出。锅洗净放点油，将葱姜末下锅爆出香味。鱼丁下锅，加料酒，生抽酱油，冷水 200 克烧开；毛豆仁放进锅内，盖上锅盖，用小火焖烧 5-6 分钟；加糖收汁；将鱼汁全收干；淋上几滴麻油和醋，即成装盆上席。

三、特点：咸、鲜、香，带甜。咸鱼有嚼劲，味鲜美。

友情提示：此菜看上去从材料到烹制很简单，但要注意几点：在煎煎咸鱼时，油温不准过旺，也不过小。鱼丁不要煎碎掉。鱼煎好，再炒毛豆仁。毛豆倒出再将鱼下锅，随后将毛豆下锅烧透收汁时。不要将鱼丁翻碎，否则影响菜肴质量和形状。此菜在宴席做冷碟上席。如选用黄鱼，可斩成一寸长的见方块，不要斩丁，因黄鱼肉松容易碎掉影响质量。

2015 年崇明生态软香米上市啦

粮食合作社直接销售

10 斤装 90 元 20 斤装 170 元

苏浙沪包邮

订购电话(021)52801507 61206543