

好吃周刊



本报专刊部主编 | 总第 495 期 | 2017 年 5 月 18 日 星期四 总策划:龚建星 责任编辑:龚建星 见习视觉:邵晓艳 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn



经典早餐“汉中面皮”

相传始于秦汉的“汉中面皮”，是陕西汉中地区著名特色小吃，人称是中国十大经典早餐之一。它以当地盛产的优质大米为原料，将大

米淘洗干净，浸泡后磨成米浆，调至浓稠合适，然后在特制的面皮蒸笼上铺上一块蒸布，用勺子舀适量米浆均匀倒在其上，大火烧至上气，

少顷揭锅盖，沿着锅边勾点清水降温，然后提起蒸布迅速反扣摊在台面上，抹上少许菜子熟油。将扣在台面上的面皮折起来切成条状。在

碗内调好各种调料，筷子稍稍搅拌即可享受。软糯香辣是汉中面皮的主要味型及口感。因为是大米制作，热食特别软糯。 文图种楠

红泥小炉

《元史》卷一百八十二·列传第六十九，有“谢端传”，从“谢传”里，基本看不出谢端青年时务过农。所以，有人把“田螺姑娘”的故事按在这个“谢端”头上，也真是富有想象力了。

江南一带，螺蛳和田螺，都可入菜，但是，跟螺蛳比起来，田螺更像是一道小吃。

从前上海的点心店、小吃店里，田螺是作为消闲食品来卖的，其情形类似于现在的十三香小龙虾。小吃店里卖出的田螺，每份只有四五个。田螺个大，只要几个，就足以撑满一只碗或一只圆形塑料快餐盒。

小时候，大人带我到住在常德路武定路的亲戚家串门；如果时节对头，总要顺便到现在静安寺第九百货一带去吃田螺。那时，第九百货周边地区是一片待建设的废墟，上面盖了许多瓦楞板和铁皮搭建的临时房，一长溜，像开庙会，有几家专门卖田螺的路边摊，因为集中，人头攒动，好不热闹，显得格外显眼。大人告诉我：“上海最好吃的田螺，都集中在这儿了。”其实当时的上海，很少有专门卖田螺的小吃店。

吃田螺不能讲究“卖相”，外表破碎的，往往最受顾客欢迎，主要是滋味烧得进去，肉头入味，里面含着一包汤汁。所以大家盼着碰上好运气——大师傅在大锅里能捞到碎壳的田螺盛给自己。

烧田螺用的大铁锅，和食堂烧大锅菜用的铁锅一样。铁锅里的田螺，目测有上百颗，酱香蒸腾，满街弥漫。人们或坐堂，或站立，

螺蛳、田螺和香螺(下)

嘴吸针挑，全不顾斯文。门口有个大铁桶，专供丢弃螺壳。据说螺壳不是垃圾，把它碾碎，可以肥田或喂鱼。

我记得个别高档饭店也有田螺饕客，比如上海的国际饭店。

普通人家是不肯买田螺的，一是价格偏



高，开销大，有点奢侈，二是炒成满满一锅，分到众人头，不过二三而已，绝不过瘾。所以田螺对于很多人，尤其是孩子来说，仍是可望不可及。

螺蛳完全没有田螺的待遇。

与田螺相比，螺蛳是等而下之的。田螺宴客，螺蛳自赏。螺蛳虽然不太上台面，总归还是菜，尤以佐酒最为当行出色。

据说“螺蛳塞肉”是一道无锡名菜。螺蛳里塞肉？别逗了。我不清楚无锡人是否真的这样叫，若上海人，绝对不会跟着这样称呼，他们在螺蛳和田螺的区别上极其严格，只能叫“田螺塞肉”而不可能叫“螺蛳塞肉”。再

说，往螺蛳里塞肉，肉怎么塞得进去！发明这个说法的人，太有创意了。不过，他的数学课难道是体育老师教的？

传说三国时的袁术转战江淮，因缺军粮，曾下令捉拾“蒲赢”为食。这个“蒲赢”，一般认为就是螺蛳的古称。而在我看来，袁军吃的，更像是田螺：没有一定体量的螺肉，怎么充饥？

又有许多古代文献记载皇帝和朝廷官员喜欢吃“螺蛳”，或用“螺蛳”来大宴宾客，有什么“香螺炸肚”、“姜醋生螺”之类的佳肴。不能想象，食材来自螺蛳：满朝官员每人一碗螺蛳，啧啧声此起彼伏，不绝于耳；更何况，那些帝王将相，多半是北人，极难对付螺蛳。这里的“螺蛳”，当以田螺的可能性为大。

上海也有一道名菜——“糟螺”。对此，望文生义可不行：是糟螺蛳还是糟田螺呢？没错，它就是“糟田螺”的省写。事实上，上海人一般不省写，直接叫作“糟田螺”。因为“糟螺”可能还涉及另一种螺——香螺。

香螺一词，在中国古代，是指螺蛳，也是指田螺，更是指海螺。不过在现代，它被明确为有别于螺蛳、田螺的另一个品种，又名响螺，浅黄白色，常常被厨师用糟腌。香螺分布于日本、朝鲜、中国辽宁、山东以及台湾等地的海域，外壳坚硬，肉质富有弹性。

至于海螺入菜，那就有得好说了。此处打住。

文 / 西坡

周一菜

清汤海蜇

文 / 李兴福

原料：海蜇头 400 克，鸽蛋 12 只，顶级清汤 800—1000 克。调料：精盐、鲜粉、白胡椒粒、葱姜、料酒各适量。

制作方法：将海蜇头用冷水泡发 5—6 个小时后，洗和调水 4—5 次。要洗净海蜇头内沙粒，然后将大的海蜇头批成两寸大小片，放进 40—50 摄氏度的温水内养一个小时，捞出再放冷水内养，漂洗净捞出放进 80 摄氏度的烫水中泡一下，见海蜇收缩成一半时捞出，放进冷水内养，并用水龙头边开小水冲养，至海蜇头涨发至原样。备好开水 1000 克待用。备 4—5 只小碟，洗净，将鸽蛋敲在小碟，用中火上笼蒸 4—5 分钟，见熟取出，倒出待用。再将未蒸好的鸽蛋上笼蒸，待全蒸好时，炒锅洗净，将清汤倒入锅内，放准调料，烧开将汤装在玻璃透明碗内，将海蜇头捞出放进备好的冷开水中捞一捞，捞出沥干水分，将海蜇头放进汤内，再将鸽蛋漂在海蜇头上面，即成上席。

特点：此菜是汤菜，汤清，透明，一望见底，清鲜雅淡，脆嫩滑爽，营养丰富。

友情提示：海蜇头一定要漂洗净，一定热水泡后再用冷水冲发。鸽蛋可用白煮去壳，白煮鸽蛋也可。顶汤制作法：草鸡、精肉、肋排，放进开水锅内煮开，捞出冲洗干净，放进蒸锅内加葱姜、料酒、胡椒粒、清水 2000 克，用保鲜纸封口上笼蒸 3—4 小时即成清汤。如无条件蒸，可用小火炖焖 3—4 小时即成，但水要多放一点，防止蒸发。炖好汤的原料还可食用。

