

好吃周刊



本报专刊部主编 | 总第 496 期 | 2017 年 5 月 25 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



上海松江的农家乐早已闻名遐迩, 各式各样、大大小小的农家餐馆遍地开花。在林林总总专吃农家菜的餐馆中, 被松江汽配城、工业区及众多商务楼围绕的老乡村农家乐甚为引人注目, 其卖点在于体量最为庞大, 可供八百五十位宾客同时进餐, 堪称农家乐“航母”; 自助式点菜系统罗列菜品竟有两百多种; 经典菜系则以衢州地方特色的绿色食材为主打, 故在松江众多农家乐中独树一帜, 吸引了周边乃至宝山地区的吃货纷纷前来品尝。

图文 / 萧斐

红泥小炉

文 / 西坡

吃海螺

上次在下谈到螺蛳的时候, 顺便提到了海螺。

海螺是人们熟悉的东西。之所以称“东西”而不是美食, 是因为人们只见过海螺的“尸体”——壳, 而从未见其“金身”——肉。

我小的时候, 对海螺颇有些崇拜。电影里、小人书里的游击队员或“小八路”, 不是腰里别着一只海螺, 就是握着一只海螺当军号来吹, 英姿飒爽, 威武无比。

其实, 这里边是有些破绽的: 海螺, 海螺, 不就是大海里生长的“大螺蛳”嘛, 是只有靠近海边生活的人才能得到的“海鲜”。虽然不值多少钱, 它也不是内陆地区, 尤其是黄土高原、中州地区、河北腹地的人可以随随便便得到的, 更不用说小孩子; 要当军号来用, 牛角也不是不可以。只能说, 这是创作者一厢情愿, 硬装樵头, 严重脱离生活。

在古代, 确实有一种专门用来吹号的海螺, 叫法螺。其呈尖锥状, 磨去壳顶, 可吹出响亮的声音。它的名字, 很可能缘自于古代僧道中人用这种海螺作为布道昭示的法器, 故名“法螺”; 部族和军人也常常用它来作号角。

不过, 话要说回来, 即使算是靠近海边生活的人, 我们也不见得对海螺有更深的认识, 比如, 我们就从来没有想到吃海螺!

在古代, 海螺的用途可能比现代广泛。《西京杂记》里说, “赵飞燕为皇后, 其女弟上香螺厄。”注曰: “出南海, 一名丹螺。”厄,

古代盛酒的器具。香螺厄, 就是用海螺壳做的酒具。应该说, 这种香螺厄可能是比较高档的。

海螺可以作为酒具, 可以作为旁证的还有鹦鹉螺杯。鹦鹉螺造型漂亮, 色彩典雅。据说, 鹦鹉螺杯是目前为止六朝出土文物中唯一的一件。李白《襄阳歌》中就有“鸬鹚杓、鹦鹉杯, 百年三万六千日, 一日须倾三百杯”的诗句。

但, 显而易见, 海螺的肉, 被内地人忽视了。

那么, 是不是古人只取海螺的壳而对海螺的肉全不放在心上呢? 倒也不是。宋人岳珂作《香螺》



号亦斋, 晚号倦翁, 进士、郕侯、权户部尚书, 相州汤阴(今属河南)人, 岳飞之孙, 著名名作《桎史》15 卷等。

有人把岳珂的这首诗推为代表, 不是没有道理。从他的诗作看, 似乎他写美食的都很见才气。比如他写《馒头》: “几年大学饱诸儒, 余齿犹传笋蕨厨。公子彭生红缕肉, 将军铁杖白莲肤。芳馨政可资椒实, 粗泽何妨比瓠壶。老去齿牙辜大嚼, 流涎聊合慰馋奴。”写《螃蟹》: “无肠公子郭索君, 横行湖海剑戟群。紫髯绿壳琥珀髓, 以不负腹夸将军。酒船拍浮老子惯, 咀嚼两螯仍把玩。庐山对此眼倍青, 原从公子醉复醒。”岳珂写香螺, 颇有杜牧《过华清宫》“长安回望绣成堆, 山顶千门次第开。一骑红尘妃子笑, 无人知是荔枝来”的风致。最主要的是, 古人咏海螺的不多, 写吃海螺的更少, 所以这首诗便显得格外难得。

古人怎么烹任海螺, 我才疏学浅, 无从得知。但今人在餐桌上刻意品尝海螺肉, 除渔乡外, 还是最近二三十年的事。目前我们最常见的吃法是把海螺切成片, 称为“海螺片”。

青岛有个很有特色的菜品叫油爆海螺, 肉质脆嫩、滋味鲜美。在上海, 虽然烹任海螺片的方法也有一些, 但基本还是以白灼和凉拌为主。

海螺片收拾得好, 可以冒充一下象鼻蚌, 脆爽而弹牙, 味觉介于象鼻蚌与海蜇头之间。不错的。

周一菜

美蓉猪手

文 / 李兴福



原料: 前猪手两只, 700-800 克, 发菜 5-7 克, 熟火腿肉 25 克, 绿叶菜芯 50 克。调料: 葱姜各 15 克, 胡椒粒 10 粒, 料酒 50 克, 精盐、鲜粉各适量。

制作方法: 将前猪手刮尽细毛洗净, 放进开水锅内煮 10-15 分钟, 捞出放清水冲凉, 用刀一批两片, 装进蒸碗内, 放葱姜、料酒、胡椒粒、清水 300 克, 用保鲜纸封好碗口, 上笼用旺火蒸两个小时, 蒸至酥软。取出拆掉猪手大的骨头待用。发菜用冷菜泡发 10 分钟, 捞出放进温开水内洗泡

一次, 要洗净发菜内泥沙粒。再用开水泡一次, 搓成一球待用。熟火腿肉切成薄片, 绿叶菜心洗净。炒锅洗净, 将猪手汤倒入锅内, 将拆掉骨头的猪手下锅内烧开, 约笃 5-6 分钟。将菜心下锅内烧透, 加准调料, 将猪手装入深盆内。菜心、火腿片、发菜球放在猪手四周, 将锅内汤汁烧开, 浇在猪手盆内即成上席。

特点: 汤汁浓白, 猪手酥软不糊完整, 味浓厚鲜美。前猪手含较丰富的蛋白质和脂肪。而发菜植物性高蛋白, 含人体所必需的多种氨基酸和钙。

友情提示: 猪手蒸酥后, 取出将大骨头拆掉后, 将每一片猪手切两块。手指上小骨头不用拆掉, 既要蒸酥透, 但不要蒸烂掉, 否则要影响形状。此菜原料普通, 制作简单, 制作好此菜上档。

上海市民口福到 宁夏盐池滩羊肉登陆上海市场

过去, 经常听说宁夏盐池滩羊肉好吃, 肉质细腻, 味道鲜美, 没有膻味, 营养丰富, 闻名天下。G20 峰会上一道用宁夏盐池滩羊肉制作的羊羔冻, 又鲜又嫩, 可谓“精彩绝伦”。然而, 如此广受好评的盐池滩羊在上海市场上却难得一见。

5 月 10 日下午, 宁夏“盐池滩羊”品牌宣传经贸合作暨文化旅游推介会在上海举行, 宁夏盐池滩羊肉正式登陆上海市场。

在盐池县广袤的大草原上生长

着几十种中药材, 星罗棋布的草场浅层水中矿物元素含量丰富, 为盐池创造得天独厚的畜牧资源, 特殊的地理、气候、水质和草场, 孕育出风味独特的“盐池滩羊肉”。

盐池滩羊肌肉纤维亲水力强、熟肉率高, 含有 8 种人体不能合成的必需氨基酸, 微量元素硒的含量极高, 具有极强的养生功能。神奇的草原就像一个手艺绝妙的庖厨, 精心调和着滋润滩羊的营养配比, 药材之香和泉水之甘早就浸在滩羊的肉中, 自成风味。