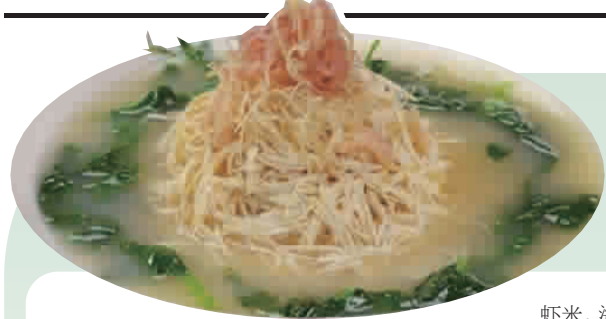




食神会

淡水开洋

文 / 吴翼民

日前外出短途旅游休闲,车上与同行的琳姐闲聊居家生活,她说大热天快到了,她又将开始一年一度自制开洋的劳作了。我听后颇感兴趣。

开洋是江南人对干虾米的特殊称谓,为什么叫“开洋”?似没有确切的答案,反正祖祖辈辈都这么叫的。它是家家户户都离不开的一款常备美食,从来只知道唯南货店有得销售,没听说过能自制的。琳姐说,外面买的开洋良莠不齐,许多腌得死咸,(腌死咸者多半是原料不新鲜)又没晒透,(不晒透以增重)倘储存不得法,很快就会有哈喇味甚至变质,只能扔弃了事。我也有同样的感受,比方说想裹一次开洋馄饨吃吃,不提防开洋已经变质,结果连带馄饨也变得大煞风景。此时听得开洋也能自制,心向往之,于是细心讨教琳姐,问她自制开洋的秘笈。

琳姐制作的是淡水开洋。开洋有咸淡之分,亦即海虾米和河虾米之别。北方人不叫开洋,就叫“海米”,因为北方的开洋就是海

虾米。海里的米,也够形象的。三十年前去大连,海产品市场到处是海米,我们开口问“开洋”,大连人大多木然,如今物流畅通,北方人对“开洋”亦心领神会啦。南方人其实更喜欢河虾米,谓之“淡水开洋”,我认识一位无锡品牌馄饨店的经理,他每年都会到鄞阳湖一带去大量采购淡水开洋,用作馄饨馅之需,他说用海水开洋咸腥味太重,江南人会嫌鄙的。这回琳姐说制作淡水开洋让我愈加来了兴趣。她说如今基围虾大行其道,给制作淡水开洋提供了价廉物美的货源,到了盛夏时节,基围虾大量上市,大太阳随时“供应”,两者俱全,淡水开洋便“手到擒来”。

去水产品市场买落日辰光的基围虾,那种刚死的货色,可以辣豁豁杀价,再加上“侧倒货”,(兜底买入)其价益低,十元左右即可买得一斤,挑那种大小适宜的,一下购进二三十斤货色,清水洗净,水烧开,投葱姜料酒和少许盐,分批将虾入水焯熟即取出,摊开晾干,然后剥壳,(这是最费时且辛劳的活儿)铺放竹匾内,在虾仁上涂黄酒以防苍蝇叮,放到毒日头下晒。其实真正的三伏天,苍蝇也怕热而罕有的。暴晒两个日头便可以

了,兹时的虾米已经干透,咬之崩脆,略带咸味,用那种咬口的食品袋一一封装,储存于冰箱冷藏室和冷冻室,储冷藏室者先吃,储冷冻室者慢慢消遣,放几年都不会坏的。

自制淡水开洋价格实惠,(一般七斤左右虾可晒一斤,不到一百元)质量保证,口感鲜美,赠人或自用皆受宠爱。无论烹调什么菜肴,投入淡水开洋,即增得一番香鲜,吃馄饨更不消说的,便是夏季用开洋泡软后熬的香葱开洋油,也是拌冷面的上好佐料,冬季里合着冬笋香菇来一盆“炒三冬”亦算上得了桌面的美味佳肴呢。

旅游休闲结束,琳姐特意捎来了一包隔年自制的淡水开洋,以证其实。我取一枚放嘴里,嘎崩脆响之后,便有一股鲜味徐徐溢于唇舌。于是我计划今年三伏也要来尝试一下哩。



厨房提示

吃大蒜有学问

将大蒜剥皮洗净后,不宜马上食用。可将大蒜切成片状或是颗粒状盛盘,让大蒜与空气亲密接触,使其表面氧化,一方面激活其大蒜素,另一方面还可以淡化蒜的辣味。约15分钟后食用。大蒜属辛辣性温之物,生食有明显的刺激性,不可一次生食过多,每次以2~3瓣为限。用餐后,嚼几片茶叶或生花生米,可有效地消除口腔异味。

文 / 郭旭光

煮妇经

烹饪小窍门

熬骨头汤保鲜少油腻:加1小匙醋,可使骨头中的磷、钙溶解于汤中,并可保存汤中的维生素。熬排骨汤时,放入几块新鲜桔皮,不仅味道鲜美,还可减少油腻感。

炖老鸡前用醋泡:在宰杀鸡之前,先给鸡灌1汤匙食醋,然后再杀,用文火炖,就会煮得烂熟。另外,在锅内加20~30颗黄豆同炖,熟得快且味道鲜。

文 / 胡安仁

料理台

巧用醋

文 / 刘玉雯

增饭香。在做米饭时,如用的是陈米,在淘过米之后,可在米中加少量水的同时,加入1/4或1/5的啤酒,与米中的水混合后蒸出来的米饭香甜,且有光泽,如同新米。

增嫩感。在炒鸡蛋时,如果在下锅之前往搅拌的鸡蛋中滴几滴白酒,炒出的鸡蛋松软、光亮,有鲜嫩感。

除糊锅。如果烧稀饭时不小心糊锅了,锅底有锅巴,在洗刷时不易刷掉的情况下,可倒入少许白酒或啤酒与少量水混合,盖盖放一边五分钟后再洗涮就会容易地刷洗干净。

减酸味。如果你在做菜时不小心醋放得多了,你可往菜中再加点点酒(几滴,可根据醋放入量多少来加酒),可使原有醋的酸味减轻。

保鲜味。如果在做菜时,火腿用不完,夏天炎热不宜存放,你可在开口处涂些葡萄酒,包好后放入冰箱便于存放,且可保持原有口味。

地方风味

陇州搅团

文 / 文雪梅

搅团属于粗食。过去的日子里,人们总是粗粮细作,绞尽心思把它弄得花样百般。其中,最美味最普遍的莫过于搅团了。

做搅团其实很简单,待到开水沸腾时,一手在锅里撒入适量的玉米面粉,一手拿着擀面杖搅。当然了,火候要猛,反之,就会夹生。

记忆中,祖母是村里做搅团的好手。祖母做搅团时,我常常会站在厨房门口张望。只见,祖母纤细的手臂不停地在锅里画圈,一圈又一圈,动作娴熟而灵巧,很快,一堆生面就均匀地黏在一起,慢慢地,一层一层熟透了。

搅团的吃法中最常见的该是“水围城”。在碗里放上辣椒面,倒好的蒜泥,还有五香粉,食盐,然后,将热得冒烟的清油朝头一泼,随着滋滋啦啦的一声作响,再放上适量的醋,香喷喷的蒜水就在眼前了。最后,在舀上一坨搅团,一碗色香味俱全的“水围城”就好了,扑鼻的香味,一碗又一碗,吃得人肚

子鼓鼓胀,满头冒汗,心里更是热乎乎的。

搅团的另一种吃法是“漏鱼鱼”。在炎热的夏天,来一碗清清爽爽的漏鱼鱼,那真是美味又爽口。先准备一大盆清水,把滚烫的搅团通过漏勺漏到准备好的凉水中盆中,一会儿,盆子中就会呈现出一条条蝌蚪形状的漏鱼鱼。只见,清凌凌的水盆中密密匝匝挤满了淡黄色的漏鱼鱼,非常好看。过一会儿,等到盆里的漏鱼鱼冷却时,在盛好漏鱼鱼的碗里浇上调好的蒜水,放上青翠的芹菜,再撒上葱花,加上红艳艳的辣子,一碗清香四溢,色彩亮丽的漏鱼鱼就做好了,吃到嘴里柔软爽口,酸酸的,微辣,常常鱼鱼没经过牙齿的斗争就滑进了肚子里。

一方美食饯一方人。陇州搅团里藏着亲人的关爱和解不开的乡愁,是任何美味都无法替代的,让人留恋。

家庭菜谱

开胃消食辣椒菜肴

文 / 茅伯铭

【彩椒拌金针菇】

洗治净的青、红、黄甜椒切丝焯水,金针菇去根对半切开洗净焯水,与彩椒丝一起加美极鲜酱、白糖、味精、麻油拌和装盘。

【虎皮尖椒】

羊角辣椒洗治净,酱油、白糖、葱姜末、香醋调成调味汁。辣椒入热油锅煎炸透至表皮起泡,滗去余油,倒入调味汁烧滚,收稠卤汁,加味精,淋麻油,起锅装盘。

【杭椒炒牛柳】

杭椒洗治净,牛里脊肉切成长3厘米,0.6厘米粗细的条,加老抽、白糖、黄酒、胡椒粉、食用小苏打,边手抓边加水,吃水至饱和状,放冰箱冷藏室涨发2小时取出,再加鸡蛋清、淀粉上浆,入五成热油锅滑油,锅中留余油,下葱段、姜片爆香,放入杭椒炒透,加蚝油、老抽、白糖炒匀,烹黄酒,加少许鲜汤,加味精,勾芡,下牛柳炒匀,淋麻油起锅装盘。

【青椒毛豆肉丝炒茭白】

青椒洗治净切丝,茭白焯水后切丝,毛豆剥壳,猪腿肉切丝,上蛋清浆,入热油锅煸熟盛起。锅中留余油,下毛豆籽炒透断生,下茭白丝和青椒炒熟,放入肉丝,加盐、味精炒匀起锅装盘。

【青椒塞肉】

青椒去蒂和籽洗净,猪夹心肉酱加盐、味精、黄酒、酱油、葱姜末拌和成馅,塞入青椒内,入热油锅煎透,烹黄酒,加蚝油、老抽、白糖、鲜汤烧滚焖熟,加味精,勾芡,淋熟油起锅装盘。



【青椒炒鱼片】

黑鱼中段洗治净,拆骨去皮,批成片,上蛋清浆,青椒洗治净切菱形片,水发黑木耳撕成片洗净,鱼片入五成热油锅滑熟。锅中留余油,下葱段、姜片爆香,放入青椒片和黑木耳炒透,烹黄酒,加鲜汤烧滚,用盐、味精、胡椒粉调味后,下鱼片,勾芡,淋熟油起锅装盘。

【辣椒炒肚片】

羊角辣椒去蒂和籽洗净切菱形片,熟猪肚切片洗净。葱段、姜片、蒜片入热油锅爆香,放入肚片和辣椒片炒透,烹黄酒,加少许鲜汤、盐、胡椒粉、味精,勾芡,淋麻油起锅装盘。

【彩椒鱼香鸡丁】

鸡脯肉洗净切1厘米见方的丁上蛋清浆。青、红、黄彩椒各1/3切丁,鸡丁入五成热油锅滑熟,彩椒丁也过油。锅中留余油,下葱姜蒜末、泡红辣椒末、剁细的郫县豆瓣辣酱炒透起香出红油,下鸡丁和彩椒丁,淋上鱼香兑汁芡炒匀,淋红油起锅装盘。

【辣椒炒鸡蛋】

洗治干净的青椒和尖红辣椒分别切丝放碗中,加盐、味精、黄酒拌匀,磕入鸡蛋打散搅匀,倒入热油锅炒凝成熟,盛起装盘。

【青椒炒土豆丝】

青椒洗治净切丝,土豆去皮切丝,用清水冲洗后沥干,与青椒丝一起入热油锅旺火速炒成六成熟,滴白醋,加盐、味精,调味后起锅装盘。

