

# 私房粽

文 / 刘丽华

圆台面

现在吃粽子,可以网购,那宣传手段也相当诱人,色诱、形诱、味诱。但真正合我胃口的,还是我家的私房粽,母亲裹得一手好粽子在家族里是出了名的,那是传承了外婆的手艺。

我最爱的是母亲的袖珍粽,时尚、美观、味鲜,是苏东坡的“时于粽里得杨梅”式的蜜饯粽上改良,粽身娇小,精致,品种多多,有鲜肉粽、红枣粽、豆沙粽、八宝粽……吃在嘴里,真如潘长江说的“浓缩的是精华”。一连吃上六七只没问题,哪像人家的粽子五大三粗的,吃一个,就打饱嗝,还想品尝别的品种,就很困难了。

每在端午节前夕,母亲就备足优质糯米和配料,买来新鲜的苇叶一片片洗净。端阳前一天,母亲开始裹粽子,将事先浸泡好的一盆糯米端出,鲜肉碗、豆沙碗、红枣碗等一一摊开,苇叶泡在大盆里,每取大小三片叠好,卷成一个漏斗状,将糯米、配料按比例塞进去,再将伸展的苇叶反折封顶,用五彩丝线扎紧,一个精美的粽子大功告成。看似简单的工序,我和姐却怎么也学不会,裹的粽子,不是苇叶裂开露馅了,就是棉线捆绑不紧,散架了。可母亲说她裹的第一个粽子还没我们这个水平呢。真是莫大的鼓励。所以,就让那些“歪瓜劣枣”大胆地混迹在乖巧玲珑的袖珍粽里。

若干年过去,我们姐妹终于学会了裹粽子,但煮粽子那关键一步,我们却谁也没耐心去领会。那是先旺火,后文火,细熬慢炖的过程很漫长,我家几乎选在晚上,母亲总是耐心好,要起

床几次观看动静,而我们姐妹俩呼呼大睡,就是水煮干了也懒得管。我们不解地问母亲为何要用那么长的时间去煮粽子,母亲说粽子的味就是煮出来的,其精髓就在煮。难怪,姨妈没真传到外婆的私房粽,原因就在此。

天一亮,满屋飘粽香,我们赶紧起床,揭开锅盖,一串在手,两姐妹左右开弓,甜粽、咸粽都是口味一绝。一串六只,等吃够了,母亲打发我们送给亲戚、邻居,真是“五色新丝缠角粽,金盘送”,一般人家有几个人就送几串。亲邻们提着母亲的“六子粽”,还没吃,就赞不绝口。

时过境迁,如今我们姐妹和母亲各居一地,想吃母亲的私房粽也不容易。乘这次回家探亲,不学到私房粽我誓不回。

食门槛

## 沙腌鸭蛋

腌咸鸭蛋有许多腌法:生腌、熟腌、泥腌、干腌、纸腌……各有短长。有人腌不好,酸臭怪味或半壳,煮熟时乒乓爆裂,或是咸得无法入口。我用沙腌,经反复验证比较,沙腌效果最为理想。而且,沙腌鸭蛋的优点一是用盐少;二是沙保护杜绝了蝇虫叮咬和霉菌污染;三是经久不坏,日久蛋黄出油。沙腌鸭蛋的方法是,一斤鸭蛋,一斤细沙,三两水,一两盐,花椒、大料、茶、酒、糖、味精随意。容器中一层咸沙一层蛋,最后要全部埋入沙中,盖严。吃前捞出来去沙煮熟。沙可反复使用。

文 / 王展

厨房提示

## 烹饪调味品忌滥用

花椒、桂皮、茴香、八角等是家庭常用的烹饪调味品。但在烹制菜肴过程中,不是多多益善。若过多使用,不仅影响着味道,而且还会影响健康。

因为这些调味品都具有一定的诱变性和毒性。其中花椒、八角、茴香含有移码突变型诱变物质,桂皮内含有移码突变型及碱性对置膜型诱变物质,这些诱变物质能改变正常组织细胞的遗传功能,使细胞发生突变,诱发许多病变,甚至诱发恶性肿瘤。由此可见,调味品也不宜滥用,平时还是少用为佳。文 / 郭旭光

私房菜

## 外婆的荔枝肉

文 / 张军霞

喜欢荔枝,也喜欢外婆最拿手的一道菜——荔枝肉。

买回新鲜的瘦猪肉,把它切成大约长三寸,宽一寸六分,厚四分的肉块,剖上十字花刀。马蹄(荸荠)切成小粒块,用湿淀粉将马蹄粒粘在肉块上。大葱要去掉根须,洗干净,把葱白切成段。接下来,把酱油、白醋、白糖、味精、湿淀粉调成卤汁。锅中倒入花生油,油热到八成时,把上好浆的马蹄肉块倒进去,此时的肉块如荔枝形状,炸至金

黄熟透,用漏勺捞出来,沥出油。利用锅里留下的余油,把蒜末和葱白煸一下,再加入卤汁烧沸。最后,再倒入马蹄肉块翻炒几下成了。

这道菜,其实与荔枝无关,是福州一道传统名菜,据说已经有点历史了,它之所以取名“荔枝肉”,是因为它的色、形、法和荔枝相似。

现在外婆年纪大了,但做菜的手艺却丝毫不减,肉块剖花的刀功,是我无论如何学不来的。

## 炖糟、煎糟和汆糟

文 / 吴翼民

食神会

喜欢吃糟货的人,荤的素的都喜欢用香糟或糟卤糟上一糟。比如逢了夏季,到处有糟鹅供应。乡下的新鹅正大上市,价廉物美,都是精肉,少见肥膘,将其做成糟货,正好适合夏令时人们胃口不济之需,所以成为最大众化的时令美味啦。那时父亲傍晚喝酒,时常会去买两三角钱的糟鹅消遣,经常还是鹅颈、鹅掌、鹅翅膀和鹅什件,最宜下酒,食之津津有味。我们小孩子在他身边缭绕不去,也可沾些口福,杀了馋虫。过年时节,苏州老派人家都备一荤一素两只糟缸,荤者煮熟的鸡鸭和猪肉猪肚等皆可投入缸里,以香糟装纱袋,加以佐料,盖上盖子,数天后打开盖子即糟香宜人;素者以焯熟黄豆芽豆腐为主,也裹香糟于纱袋,加以佐料,一两天就香鲜诱人了。然而,苏州人更绝的糟货是鱼类。

年夜岁毕的大街小巷,到处是拎着大鱼的路人,长长的鱼尾拖地沙沙作响,过年是用不了偌多鲜鱼的,就剖而腌之,以备正月和今后很长一段时间受用(腌得好、晾得干,大热天吃也不坏)。这时,许多人家在腌鱼的时候就把一段段的鱼段涂上了盐和香糟。注意,在腌和糟的时候鱼是不能洗的,洗

净了血水,鱼就易变质,不可久贮。这就是简单的糟鱼之法。涂了盐和香糟的鱼段被砌进了腌缸,用石鼓镇压结实。放在透风的地方,让西北风吹着更好。几天后,这些腌糟过的鱼段就可以取出派用场啦,或炖或煎或汆汤,都滋味绝佳。当然,糟鱼不局限于过年时节,平日日子也可烹调的,并且最好的鱼类当数白鱼——太湖三白中的白鱼。不过,糟白鱼以炖和煎为好,是不宜余汤的。

炖糟鱼之法颇简单,将糟鱼洗去盐、糟和血水,装盘内,加料酒和葱姜以及少许素油或荤油,隔水炖之,视鱼段肉头厚薄掌控火候,通常二十分钟即可,出蒸锅,糟香浓郁,诱人食欲。炖糟鱼口感细嫩酥肥,一股糟香直透喉鼻。

煎糟鱼跟寻常的煎鱼脍鱼没有两样,最好煎得透些,鱼皮金黄,外脆而内嫩,同样的糟香沁人心脾。煎糟和炖糟以三四斤以上的野生白鱼为上品,大些的野生白鱼肉质特别细腻肥嫩,闻名遐迩的太湖三白中,野生大白鱼尤为珍奇,堪与长江鲥鱼及东海鲞鱼媲美,以此鱼来炖糟和煎糟,是席桌上的极品也。

汤糟以糟青鱼为好,白鱼肉薄苗条,入汤易碎易化,是不宜余汤的;反之,青鱼肉厚且结实,余汤最宜。从前过年时,苏州人家好吃暖锅,是那种焚炭的暖锅,除了蛋饺肉圆领衔外,糟青鱼也算是主角了。暖锅里投了糟青鱼,这汤水立即活色生香。大家宁肯舍蛋饺肉圆而觅余汤糟鱼了,满暖锅地寻找,以捞到一块糟青鱼而欣然。这余汤的糟青鱼肉质或结实或肥嫩,与众不同,嚼之齿颊留芳,是最实实在在的一款年味。

本版选图:莫奈



家庭菜谱

## 六月里来枇杷香

文 / 曹祈东

端午前后,正是枇杷大量上市的季节。枇杷不仅可生食,而且不少人喜欢用其来炒菜。

【枇杷叶蒸排骨】

先将嫩枇杷叶洗净。将猪排切好洗净,加入料酒、酒糟、葱姜、胡椒、老抽、红辣椒和少许糖,腌制十分钟。然后用枇杷叶将排骨一块块卷好,用牙签固定后摆盘。上笼蒸30分钟即成。

【枇杷炒河蚌】

将枇杷去皮除籽洗净切条,百合拆片,河蚌去壳取肉洗净切成片。起锅烧油,油热时将河蚌溜油捞起。爆香葱段加入枇杷、百合、河蚌炒匀调味,用湿生粉勾芡装盘即成。

【生菜枇杷卷】

将鲜奶和鸡蛋混合煎成薄饼。将虾煮熟去壳,枇杷去皮除籽切条。生菜切丝拌入豆豉酱搅匀。取薄饼皮包入熟虾、枇杷、生菜丝上碟即成。

【枇杷糯米包】

将枇杷洗净撕掉皮去籽。把糯米洗净浸泡,上笼蒸熟取出,把花生仁和冬瓜糖切成细粒和糯米制成馅。将枇杷包进馅内,用锡纸包好上笼蒸熟后淋上白糖、猪油即成。

【肉丁炒枇杷】

将猪肉切成丁。锅烧热,倒入肉丁稍炒,加入调料调味,起锅前1分钟,放入去皮的枇杷炒匀即成。

【猪蹄炖枇杷】

将猪蹄和枇杷洗净。先将猪蹄加水 and 调料适量用文火炖至将熟后倒入枇杷,再炖10分钟即成。

【枇杷银耳羹】

将枇杷洗净去核。银耳泡发洗干净,红枣洗净去核。在砂锅里加入清水煮沸后,倒入银耳煮10分钟,再放入枇杷、红枣煮沸,加入白糖即成。

【枇杷童鸡汤】

将枇杷连根切碎,把童子鸡杀洗干净,去杂。将童子鸡入锅,加适量水煮1小时。再将枇杷加入煮30分钟后加入调料即成。

【枇杷什锦】

将甜瓜肉、糖冬瓜切成小粒,加入炒香的芝麻和糕粉,拌匀成馅。把枇杷去皮,用刀切平去核。把馅放在枇杷肚内,用少量干菱粉封口。锅内下猪油烧热,把枇杷放入炸约1分钟捞出。然后将糖水煮开,再把枇杷放入,慢慢煲约30分钟后把枇杷捞起放入碗内,加入少量湿菱粉淋上即成。

