

食神会

消暑美味干菜汤

文 / 瞿幼芳



夏日炎炎似火烧,这样的高温季节,最美味的莫过于来一碗鲜美的干菜汤了。满身大汗地回到家,又热又渴,喝上一碗热乎乎的干菜汤,满身大汗之际,暑气顿消,疲劳全无,心旷神怡,食欲大振,所以它有着“神仙汤”的美誉。盛夏时节,人们没有吃大鱼大肉的胃口,这时的菜肴,以清淡为主,常常一碗干菜汤做主角,再加上南瓜藤、四季豆这些配角,人们就能吃得心满意足,不亦乐乎。

干菜的制作比较简单。在三四月里,收集芥菜、雪里蕻等新鲜蔬菜。先把新鲜菜晒一下,晒到菜叶发软,然后把菜堆在一起,使菜发酵,看到菜叶有些发黄即可,之后把菜清洗干净,再把菜上的水分晒去。切成3厘米左右的小段,再晒干,加入适量的食盐搓揉到菜出水为止,然后装入坛,经过

5到6天的发酵,就可以倒出来,晒几天的猛太阳就成干菜了。放入坛内,可食用一两年。

至于烧干菜汤就更简单了,从菜罐中取出一小撮干菜,放入锅中,加入适量的水,开始烧,待汤烧开后再稍微烧一会,让干菜的味道煮得更浓些,打开锅盖,一股浓浓的香味扑面而来,汤色紫红,还不断地冒着小小的气泡,闻一闻,食欲大振,尝一口,咸鲜味甘,回味悠长。考究点的人家,在干菜汤中放一些虾,做成干菜虾汤,那是更加美味了。

烈日炎炎,当远道而来的你,坐在席上,慢悠悠地喝着一碗浓浓的干菜汤,在舌尖美味、回味悠长、开胃爽口,你会发现,在这一碗普通的干菜汤中,融入了人们对生活的热爱、对健康的追求。

地方风味

浆水面

文 / 马科平

浆水面是流传关中民间的一道特色小吃。其制作工艺非常简单,没有多大诀窍。先将老芹菜放在盆里灌满凉水浸泡,洗净,大约10分钟后捞出来,放在阳光下晾晒至半干,用开水煮个半熟后放在清洗干净的陶瓷缸里,然后将煮过面的面汤放凉后倒入缸内,再从邻居家要些浆水作为引子,如果没有浆水做引子,也可用少量醋替代,然后盖好封存三天左右发酵,浆水就做成了。

做成的浆水,需要经常吃,经常出浆水,经常添面汤,如此浆水才会常保新鲜,而且越吃越酸,越酸越透,越透越纯。芹菜浸泡一段时间后,需要更换,更换时需要倒缸清底,清除沉淀物。

刚做好的浆水叫作生浆水,还不能立即食用,需继续加工,我们家乡称之为炆浆水。在锅里放少许菜籽油,烧热后放入蒜片、盐,放入辣椒面,然后倒入浆水,当天吃多少倒多少,待浆水汤开锅后,即可放凉食用。

接下来是煮面条。浆水面的

面条几乎都是手擀面,一般有大人一个小指头骨节宽,薄得跟纸一样。当然也有好吃韭叶长面者,因人而异。面条煮熟后先用凉开水浸过,盛入碗内,再浇上炆好放凉的浆水汤,撒上葱花或香菜末,便可享用。

款待客人的浆水面,常常一碗一碗地下,浆水也是新鲜的,加有一些油炸豆腐条、葱花,再给你端一碟油泼辣椒,一碟油泼蒜泥。浆水面的味道很好,微酸,酸中带香气。按照关中人的吃面习惯,总是汤多面条少,所以连吃三五碗是不稀罕的。

浆水面的浆水能消暑解热,醒酒解腻,增进食欲,为夏令佳品。

浆水还常常在家乡当作预防中暑的清凉饮料,直接饮用。夏天的关中气候干燥,土壤和地下水含碱过多,所以常食味酸性凉的浆水,不但能中和碱性,而且还可以败火解暑。

料理台

啤酒西饼 做葱油饼或甜饼时,在面粉中掺些啤酒,制作后的葱油饼或甜饼又脆又香,还有点儿肉的鲜味。

啤酒凉菜 凉拌菜时,先把菜浸在啤酒中,加热烧开即取出冷却,加调料拌食,别有风味。

啤酒去冻肉异味 烹制冻肉、排骨等菜肴,先用少量啤酒腌渍10分钟左右,清水冲洗后烹制,可除腥味和异味。 文 / 茅伯铭



家庭菜谱

夏日趣说扇形菜

文 / 钱桂华

“来风堪避暑,静夜致清凉”。这是汉代诗人班固咏吟竹扇的诗句,道出了扇子驱暑送风的功能。扇子距今已有三四千年的历史。品种繁多,有竹扇、羽扇、纨扇、折叠扇、宫扇、团扇、罗扇、棕叶扇、手绘扇、仕女扇、檀香扇、象牙扇、微雕扇、大褂扇、工艺扇等。说来有趣,技艺精湛的大厨却以扇为样,创制出形态各异,风味独特,栩栩如生的扇形菜。

【玉扇迎春】

冬瓜、南瓜取瓜肉,分别切成片,莴苣切成条,均焯熟后备用;虾仁剁成泥,加蛋清、葱姜汁、盐搅成虾茸,用冬瓜片包卷,排成扇形的上部分入笼蒸熟取出,将南瓜片放在冬瓜卷的下端作扇柄,莴苣条围在扇形三边。用鲜汤、盐、淀粉调制的汁浇在扇面上即成。

【扇面黄花鱼】

黄花鱼改刀成大小一致的长条,用盐腌制半小时待用。冬瓜雕刻成扇边,南瓜雕刻成扇尾,蛋皮做成扇形。小黄鱼入五成热油锅中炸至色金黄,表皮酥脆;锅中留油,下入姜丝、藕丝炒透,再入黄花鱼,加料酒、鱼汤,用盐、味精、胡椒粉调好味,用小火煨30分钟左右。将煨好的黄花鱼摆成扇子的造型,扇的顶端用莴苣球点缀,再用剩余的鱼汤大火收浓,勾少许薄芡,淋在鱼身上即可。

【芭蕉鱼扇】

先将鲫鱼净肉用刀斩成细泥,于盘中拌成芭蕉扇形上笼蒸熟取出,周围用青椒点缀,用红椒和青椒制成扇把,用蛋皮



制成扇坠。锅内加清汤下精盐、味精、料酒调味勾稀芡浇在制成的鱼扇上即成。

【“叉烧”鱼扇】

将鲤鱼两边的净肉分别打上十字花刀,用精盐、味精、料酒、白糖、胡椒粉、酱油、花椒、桂圆、肉蔻、小茴香腌制好后用六成热油炸制,再用红曲米酱汁烧制20分钟,盛入盘中摆成扇形即成。

【桃花香扇】

大虾去皮,从脊背剖成顺刀,鱼肉斩成鱼泥,青椒剥成桃花形,虾烤制,鱼泥剁成房屋形,用番茄、香菜点缀蒸熟,青椒过油,分别摆在盘中的蛋松上面即可。注:虾、鱼泥在制作中须用白糖、精盐、味精、蛋清调制。

【扇形草虾】

活草虾放入黄酒、味精、精盐、胡椒粉腌制

10分钟后串制在竹签上,放入110℃左右的油锅内炸脆捞出摆成扇形码在盘中。锅内放黄酒、葱末、姜末、蒜泥爆香,再加入高汤、盐、味精、鸡精、胡椒粉勾芡,浇在上面即可。

【扇形魔芋】

魔芋放入沸水焯熟后切成长方形的片,蛋糕、火腿也切成同样的片。将魔芋片排列成扇面,火腿排成扇骨、蛋糕排列成花边,红肠切丝做成扇坠最后用红樱桃和黄瓜做成梅花,点缀在扇面上。最后用味精、盐、清汤勾芡后浇在扇形上即可。

【如意冬瓜扇】

冬瓜去皮、瓢、修成扇形,挖空成盒状,填抹调制好的鱼茸,用火腿、干贝点缀上笼蒸熟,取出用黄瓜片围边,浇上用鲜汤、盐、鸡粉、淀粉调成的汁即成。

【扇形竹荪】

干竹荪温水泡发套汤入味,芥兰去皮焯水,穿在竹荪里,码成扇形,浇上用盐、味精、高汤勾成的汁即可。

【大圣盗扇】

将水发猴头菇批成大片,摆入大碗内,上端再用猴头菇、鸡茸做脸、花椒为眼、陈皮为鼻、嘴的大圣头像,加清汤、精盐、料酒、味精上笼蒸透,取出扣在盘中。胡萝卜片雕饰成芭蕉扇形,入沸水锅焯一下,再抹上鸡肉茸,上用黄瓜片雕成的蜈蚣形点缀,共制成10把小芭蕉扇,上笼蒸熟,取出摆在盘周围。

本版选图:晓子

厨房提示

吃丝瓜时要加蒜

丝瓜做法多样,要快切快炒,以免放得太久被氧化而发黑。丝瓜是凉性食品,吃太多易损阳气,引发腹泻。所以,最好在烹调时加点蒜,减少滑肠腹泻的几率。

文 / 连淑兰

煮妇经

冷藏肉滴油不粘袋

把需要冻的肉先洗一洗,再稍微晾干一下,然后往食品袋里滴上几滴油,用手搓一搓,把油涂抹开,这样存放的肉就不会粘在袋子上面了。

文 / 伯铭