

圆台面



本版选图:晓培

料理台

调味有则守

下料必须精当、适时:所用的调味品及其用量必须适当,要由少到多慢慢地加,边加边尝,差什么味补什么味,特别是在调制复合味时,要注意到各种味道的主次。比如,有些菜肴以甜酸为主,则其他的为辅,有些菜肴以麻辣为主,其他的为辅。

保持风味特色:烹调菜肴时,必须按照菜肴的不同规格要求进行调味,做到烧什么菜,像什么菜,是什么风味就调什么风味,防止随心所欲地进行调味,把菜肴的口味混杂。不能把“回锅牛肉”做成“麻辣牛肉”,把“红烧全鱼”做成“糖醋全鱼”。

根据季节,调节色泽和口味:人们的口味随着季节的变化会有不同,如在春季,万物复苏,生机勃勃,人们喜欢多食新鲜的蔬菜,而天气炎热的夏季,人们喜欢口味比较清淡的菜肴,在寒冷的冬季里,则喜欢浓厚肥美的菜肴。甚至在一天中的早、中、晚三餐中人们对口味的需求都不同。在调味时,可在保持风味特色的前提下,根据季节的变化,适当灵活掌握调味。

根据原料的性质掌握调味:新鲜原料要突出本味。调味时不压主味,如,新鲜的鸡、鸭、鱼、肉等不要用太麻或太辣的调味品。

一些有腥膻气味的原料要除去异味。如,牛、羊肉有膻味;内脏有臊味;鱼有腥味等,要加一些料酒、醋、辣椒等,如做羊肉火锅时要加一些胡萝卜或山楂及一些葱、姜、蒜、桂皮、八角等可以除去腥味的调味品等。

味淡的原料要增加滋味。有些原料本身无任何滋味,要适当增加滋味,如,白菜、黄瓜等。

文 / 刘姿含

记忆里的油炸槐花

晚餐时,全家人边吃边观看电视《舌尖上的中国》第二季纪录片,都被创造“舌尖”上美食的那些故事打动了。这时,我想起了母亲当年的油炸槐花,因为至今,我还没听说哪里有油炸槐花这种美味花食。

我母亲没有文化,炸出的槐花却包含着那么多文化,从品种,口味,外观等,恰是《舌尖2》上所写的:“美味的每个瞬间,无不用心创造。”

母亲曾用槐花做出一桌槐花宴,有槐花炒蛋、槐花饼、槐花饭、槐花饺子、槐花鸡汤等等。而油炸槐花,是母亲自己的创造。首先在选花上,要求新鲜、多姿,不能有枯萎、缺边、变色。当年,我家老屋背后山冈岭上有几棵槐花树,每到五月槐花盛开的时候,母亲就带我们去采摘鲜花,用拴有小铁钩的长竹竿轻轻地勾下,更多是拣被风吹落在地上较完整的花朵。

回家后,妈妈用清水清洗槐花,很小心,不碰损花的原形,然后放在竹筛里沥干水,又在几个小碗里,用鸡蛋、面粉搅成稀糊,分别拌有青绿的葱花,是咸的。有红红的辣椒,是辣的。有芝麻加糖,是甜的。筛子里有

大小不一的花瓣,有半开的花蕾,有全开的花朵。如此丰富多彩的花,母亲也分好了油炸各种不同的味道。那年代的山茶油和菜籽油又多又便宜,母亲很精心地把槐花挂上糊,用筷子夹起,放到开着浪花的油锅里,“哧”一声响,槐花在油锅里绽放了。那金黄灿灿的油炸槐花,一朵一朵,一瓣一瓣,大大小小,摆放在圆圆的竹筛里,像一盆盛开花簇。趁热,母亲挟一朵给我们品尝,我放在舌尖上轻轻地咬一口,那松脆、那香甜辣的不同美味,永远留在了我的记忆里。

有趣的是,每当母亲炸槐花时,邻里的小伙伴们闻香都来了,馋得不肯走,这就是美食的诱惑力。那时,我们是好多家邻里共用的大厨房,很热闹,油炸槐花让整个厨房都香了。母亲炸完槐花后,用一片早已准备好的桐籽树叶,卷成一个小漏斗似的碗,青翠绿绿的碗里,装上各种味的油炸槐花,分给每位小朋友一份。小伙伴们分享着花的美味,欢喜得跳起来了。

一晃20多年后,当槐花盛开的五月,一次我回老家,在变化全新的老街、老屋,已找不到往日的记忆了,但在那深幽的小巷子里,仿若又闻到了油炸槐花的缕缕馨香。

文 / 孙文广



家庭菜谱

鲥鱼的多种烧法

文 / 钱桂华

鲥鱼,色白如银,肉质细嫩,味鲜腴美,富含脂肪,向以每年清明至端午期间最肥美。鲥鱼其烹法有砂锅、红烧、烟熏、香糟、酒酿、醋溜、油炸等,但世所公认鲥鱼味鲜,以清蒸为最佳。

【清蒸鲥鱼】

鲥鱼中段洗净,用洁布揩干,去除血粕但不能去鳞。猪网油洗净晾干。水发香菇1只,火腿分别切成薄片。取扣碗1只,将网油摊在碗底,把笋片、香菇片、火腿片铺在网油上,香菇片放在当中,最后将鲥鱼脊背朝下放入碗中,再加葱、姜、酒、糖、盐、少量鸡汤、熟猪油、味精,上笼用旺火蒸20分钟至熟取出,捡去葱、姜,将汤盘反合在扣碗中,把鲥鱼及卤汁翻倒在盘中,香菇、火腿、笋片则在鲥鱼上面即可。特点:色白如银,肉质细嫩、肥腴醇厚、馨香扑鼻、口味极美。提个醒:鲥鱼洗时不要去鳞,也不要久浸在水中,以保持其鲜味。应用旺火急蒸,适时取出,勿蒸过头,以免肉质过烂,失其鲜嫩。

【毛峰熏鲥鱼】

鲥鱼1条剖腹去内脏,不去鳞,洗净,从鱼腹内沿龙骨用力推进二刀,以便入味和成熟,然后用料酒、酱油、姜片、葱结、精盐、味精和少许白糖,腌制约20分钟。取一大锅,锅底放入锅巴、黄椒、黄山毛峰茶叶、白糖;并把腌鱼的葱姜也放入锅底,上面铺上铁箅子,放上腌好的鲥鱼,压上锅盖上火烧至锅内冒青烟。至鱼鳞片上色,打开锅盖,快速烹入一碗开水,盖上锅盖焖约10分钟至熟即可,上桌配姜汁、醋一同上桌。特点:鱼身色泽黄亮,肉嫩鲜香,烟香浓厚,别有风味。

【砂锅鲥鱼】

净鲥鱼擦去肚内黑膜,洗净血污,从中切成两段,火腿切片。锅置旺火上,放上花生油烧至五六成热时,将鱼皮朝下稍煎,烹入料酒、醋、酱油和清水,烧开后装入砂锅再加盐。葱段、姜片、火腿片,盖上砂锅,置风炉炭火上细炖,保持汤面偶冒小泡,待汤汁浓,捡去葱段、姜片即成。特点:鱼鳞浓郁,汤稠醇厚。

【红烧鲥鱼】

鲥鱼1条,在脊骨上排斩三刀(骨断肉连),划破血筋,挤出血水,洗净,用洁布吸干水。锅置旺火上烧热,放入熟猪油烧至5成热时,在鱼鳞上抹酱油,随即将鱼鳞朝下放入锅内煎至黄色后,翻一个身,再加酱油、精盐、白糖、绍酒、猪板油丁、葱段、姜片、笋片、香菇片,再放入熟猪油,收稠汤汁,起锅盛入盘即成。特点:脂多油润、肉质细嫩、入味鲜美。

【酒酿鲥鱼】

鲥鱼一条,挖去鳃、内脏(不去鳞,因鳞片与皮肤间富含油脂,鲜味浓重,营养丰富),洗净后用洁布吸去水分。放入盘中,加适量酒酿、熟猪油、火腿片、葱、姜及绍酒、精盐、白糖等调料,上笼用旺火蒸约15分钟即可。出笼后的鲥鱼酒香四溢,色泽洁白,鲜、嫩、肥、美。

【烤鲥鱼】

鲥鱼中段开剥去脊骨,去掉腹内黑衣后洗净,用刀在鱼肉上切粗十字花刀,放在碗内。大蒜头葱姜分别斩成末,盛在碗内,加入酱油、料酒、精盐、味精调匀,倒入鲥鱼碗内拌匀,腌半小时。烤盘内放入猪油,把腌好的鱼放入烤盘内,葱、姜、蒜末放在鱼腹上,再浇上猪油,放入烤箱(炉温约在250℃左右),烤15~20分钟,鱼皮呈金黄色,油吱吱发响有香味时取出,撒上适量花椒末即成。特点:色泽金黄、鲜香肥美。

【酱汁鲥鱼】

鲥鱼去鱼鳃、内脏洗净。锅放猪油,八成热时投入鲥鱼,炸至鱼呈淡黄色、鱼鳞翘起时捞出沥去油。锅放入猪油、黄酱、糖煸炒至糖溶化时烹入料酒,加入清汤、味精、鲥鱼,烧滚后放在温火上烤至卤汁将收干时捞出鱼放在盘中,再把卤汁放在旺火上,将卤汁收至成为酱汁时加入麻油,浇在鱼身上撒上姜末即成。特点:色泽酱红、鱼肉鲜嫩、带甜酱汁。

地方风味

柳蒿芽山丁子饼绝配

文 / 王忠范

嫩江两岸达斡尔人生活的地方,城乡大大小小的饭店都有柳蒿芽这道野菜和山丁子馅饼。这菜这饼既新鲜又柔滑,充满山野清香,确是谁都喜欢的地方美味。

草本的柳蒿芽野菜,长着时绿莹莹的好看,采着时野生的有趣,吃着时香喷喷的爽口,所以人们都说柳蒿芽是惹人喜欢叫人馋的山野菜。很早以前,这里的达斡尔人不管穷富,家家都吃被他们称为“坤必勒”的柳蒿芽。

从春到夏,这里的人们总是三五结伙,背筐挎篮去江边、山野采摘柳蒿芽。柳蒿芽生生不息,一年可采摘几次。其枝茎柔嫩,或微红或紫或透青,而叶子嫩绿,抓一把满手飘香。山里人说,食用柳蒿芽对肝脾胃肠都有好处,还能豁痰、理气、活血、去火呢。

采回来柳蒿芽后,先用开水煮过再挤出苦味,便可做菜了。也可放进冰箱,或者晒干储存,随做随用。做法很多:清炒、肉烧、酱拌、醋熘,最好是汤菜炖肉。多放猪油,用清酱爆锅,放进柳蒿芽、排骨或肉块,汤里添进料酒、香醋和饭豆。煮得熟烂变色时,加姜丝、葱花、蒜末、白糖、香油、味精等佐料。揭开锅,滚热、涌绿、喷香,色味悠然。不管是肉是菜还是汤,均滑润不涩,清爽不腻,厚润不粘,满嘴山野韵味,鲜亮生香,一会儿就吃出头上的汗水。

这时候,用山丁子碎末、白糖和香料拌馅的馅饼上桌了。这大小相同,薄厚一样的张张馅饼,浓香中筋筋道道,甜甜酸酸,而那种充满山野灵气的酸分外开胃,很过瘾。再配吃柳蒿芽菜,喝几口绿色的汤,痛快得让人叫绝。



煮妇经

水果保鲜有妙招

梨用软纸包 将每只梨用软纸包好,装入纸盒,放进冰箱内的蔬菜箱中,一星期后取出来去掉包装纸,装入塑料袋中,不扎口,再放入冰箱冷藏室上层,温度调到0℃左右,一般可存放两个月。

橘子泡大蒜水 将500克大蒜切片,加水煮开,晾凉后,把橘子放入水中泡几分钟,然后捞出存放,可保鲜3个月。还可将锯末放在纸箱的底部(约6厘米厚),将橘子底朝上放入,置于通风处,可保鲜两个月。

荔枝用报纸保鲜 将新鲜荔枝用报纸包住,放入塑料袋,再放进冰箱冷藏(冷藏过程中报纸可能会变湿,不用另外换新的报纸),这样可保存四五天,荔枝颜色依然鲜嫩。

猕猴桃的低温保鲜 猕猴桃适宜在-0.5℃~0℃的冰箱内保存,并且猕猴桃不能与苹果和梨一起贮藏,因为苹果和梨都容易释放乙烯,会加速猕猴桃果肉成熟腐烂。

文 / 王修增

