

独门功夫

有朋友到奉贤来，回转去时，送点土特产,我想到的便是鼎丰的乳腐。

鼎丰乳腐在奉贤妇孺皆知，因为这乳腐好吃,而且品相一直很好,所以送朋友一点也不会坍台,反而给你长面子,说你识货、懂行。只是送给朋友的时候,瞅准机会,顺便要说一两个鼎丰的故事就可以了。

鼎丰的故事，鼎丰人说得最生动、最形象,当然最出彩。

鼎丰人喜欢总结,他们一言以蔽之:吃鼎丰乳腐就像喝一瓶窖藏几十年的原酿一样,回忆的是历史，正看的是文化，品尝的是醇厚,下咽的是糯味。

这样的排比说法有点诗化的成分。乳腐里如何体现？确实是乌龟掇石头,硬碰硬,需要真材实料,需要吃了后再说的,有不少好吃的东西是必须靠吃的感觉说了算的。

我是可以说说的,因为从小到大,鼎丰的乳腐我买了几十年,吃了几十年,也因此吃了几百种。我想就我自己品尝的感受,说一个大概的感觉。

自然之甘

美味笋干好吃来

也许是祖籍浙江的缘故吧，家人和我对笋干是情有独钟。什么笋干炒鸡块、笋干炖排骨、笋干爆蛋、笋干红烧肉,当然还有江南人喜好的老鸭笋干汤更是名声在外。其实,喜好笋干美味不仅仅局限苏浙一带食客，笔者前几年在北京妻姐位于紫竹院旁公寓里小住一段时间，经常看到操着北方口音的左邻右舍拎着一包包产自浙江天目山的笋干，笑吟吟带回家。笋干美味,看来不分天南地北,舌尖上的美味总是抵挡不住的诱惑。

说到笋,可谓是蔬菜中的异类。嫩时为春笋,大时经加工则成了笋干。记得岳母家有一竹园,惊蛰春雷响过,竹园里松软的泥土就被这尖尖的笋尖顶起,不消一个星期,这些日长夜大的地头鲜就成了餐桌上江浙沪人打耳光不肯放的“油焖笋”,味道一级!而稍老的竹笋就是笋干的最佳材料。经常是,我们将挖出的一篮篮竹笋送到隔壁邻居张大伯家。张大伯是当地有名的制作笋干的高手，按照他的指点,我们将笋壳剥掉,然后把一支支白净的竹笋放入淡盐水中煮熟,最后用炭火烘焙干燥,此时的竹笋一个华丽转身就成了人见人爱蔬菜中的极品:笋干。此时,如果你将其置放在饼干箱或其他容器内，就可以闻到那带着青翠竹叶的缕缕清香，萦绕在你的鼻翼久久不肯散去……

虽然笋干自古就被当作“菜中珍品”,其

吃货手记

文 / 麦子

肥肠粉

走在成都的大街小巷，到处都有卖肥肠粉的小店。无论是衣着寒酸的上世纪80年代,还是头发染成金黄的今天,肥肠粉在成都一直拥有最广泛的“好吃嘴”基础。

肥肠粉最初由酸辣粉衍变而来，将用水发涨的红薯粉在滚水里冒冒,然后加入酱油、醋、熟油辣椒、味精等佐料调制而成。后来由于肥肠价廉、普遍可寻,酸辣粉里加一撮碎肥肠,变成了肥肠粉。这样的粉条既有川味的酸辣、经嚼特色，又有荤腥,大大满足了成都人爱吃香香的口味。90年代，一碗肥肠粉不过两三元,老少皆宜,很快流行开,远至北京,近到蓉城乡间。北京出差回来的人说:东单小吃摊的四川肥肠粉10元1份。我最爱吃的肥肠粉店在青石桥,它以白味见长,每每吃后意犹未尽,奇香无比。如果嫌肥肠少,可到署袜街朱记肥肠粉店向店家索加肥肠节子,5角一个,特耙特软,咬一口,油水四溢。或再多加些碎肥肠,直到吃得脑满肠肥为止。

肥肠粉其实是很淡然而又韵味深长的东西。像茶,但又比茶生动世俗;像川菜,又比川

鼎丰乳腐的特点很多，先让我称赞的是乳腐的味道。这是有点蹊跷的事情,乳腐瓶才开启,乳腐往桌上一放,这味道就如芳香,会一阵阵地袭来,不间断,很悠远,也很绵长,像似飘过来,无声无息地已经钻入你的鼻孔,闻后,你的精神会大振,你的食欲也会大开,会让你喜上眉梢,会让你迫不及待地想开瓶,想品尝。但是我劝你慢一些,因为这味道还在空中,还没有散去,还在瓶的周围萦绕。闻香、品香是一个过程,万万省不得。许多的食物,我们吃了觉得特别美好，未吃之前的观瞻与闻香很重要,鼎丰乳腐属于这一类的上品之物，所以吃法上要一等二看三上嘴为好。

是瓶总有打开的时候，开启了的鼎丰乳腐,你看到的是各种样子、各种颜色,也是各种大小的条状乳块。正方形的居多,但大小不一样的,但看上去都很沉稳、沉静,雅香也雅相;乳液浅浅地,也均匀地盖住了乳块,乳块在乳液里一漾一漾的,真正的乳水一体,水乳相融,很精致、很静娴。乳腐根据个人食色喜好的不同配置了各种颜色，我们最喜爱的颜

文 / 金洪远

鲜美可口在感官上得到公认。然而在营养上,却一直被人误解。过去有专家以为,笋虽味道鲜美,但是没什么营养,甚至有“吃一餐笋要刮三天油”的说法,那笋干受其牵连自然难以幸免。如今又有专家在电视养身节目里言之凿凿道其低糖分、低热量、低脂肪,高纤维、高维生素、高营养，还给笋和笋干奉上了一顶“保健蔬菜”的桂冠,让缺少知识缺少学问的我辈哭笑不得,就像电视广告里所说:到底是爸爸说得对还是妈妈说得对呢。

上海人称笋干是“逢人配”“百搭菜”，作为赋予鲜味的食材,这是很传神到位的,也成了家中拎拎菜篮头的我情有独钟的首选。无论是切丝切丁作为陪衬将鲜味默默贡献,其谦逊温和的个性，注定使它能够与多种食材相容相配体现的角色,如果要设“配角奖”的话,笋干可说是当之无愧。不过,若将其作为主角登场,它的受欢迎程度也是不可低估。笔者在老友何君当年插队落户的浙江西天目山区小住,当地的农家乐小饭店有一“凉拌笋干丝”给我们结伴而来的文友留下极为美好的印象。店主告诉我们:笋干先用开水浸泡5分钟,用手撕成丝,切成4厘米中段,加蒜、醋、糖和六月鲜,淋上少许麻油即成。操作简单易学,不失为夏秋时节的一道清口脆爽的“开胃菜”,我将其轻松拷贝过来,理所当然成了我家中的看家菜。怪不得亲友赞曰:好吃来!

菜随性肆意。

那一年我在家中写关于张爱玲散文的毕业论文。上午写作到文思不畅的节骨眼,下午就撒手什么都不想跑到街上去吃肥肠粉。小街两边是两层楼高的木房子,栽有两行老槐树,弯弯曲曲的小街在城市里阡陌纵横。街上有散坐在街沿的茶客，女人在自家门前洗衣服，两三个老人带着孩子坐在树荫下摆龙门阵。走在街上,远远看见树荫下一溜蓝布白字的肥肠粉招牌。店门口架着煮肥肠的大铁锅,奶白的汤“嘟嘟”冒着气泡。刚跨进店门,小妹就问:“红味还是白味?”“一红一白。”坐定,不一会儿就端了上来。“呼哧呼哧”吃完,满头大汗,每个毛孔都张开了。5元钱往桌上一扔,我心满意足走出店门。沿着阴凉的小街慢慢悠悠往回走,蝉躲在高树上嘶嘶鸣叫,清风送来槐花香,我慢慢地消化。这时,我不由自主的想起了《私语》里的《谈吃》《谈穿》《谈画》,想起了张爱玲的字字珠玑。真的,在成都闲散的夏天,只要吃上一碗遍布小街的肥肠粉,第二天就会文思如泉涌。这样断断续续一个月时间,我的论文写完了。

不久,这篇论文在四川一家杂志上发表,得了100元稿酬,我知道,这又可买20碗肥肠粉了。

色要算是乳白色的,比较天然、大方、优雅、庄重,也典雅。色体的样子温馨,很容易让人想到母亲的乳汁,充满亲切的感觉。除此之外,乳腐还有绛红色的、紫红色的。每种颜色通体透明,鲜艳不妖艳,清纯不混沌,都能弹眼落睛,让你舌生无限津液。

好闻好看是鼎丰人一直努力的方向。鼎丰人睿智无限,往乳腐注入心境的文化元素是一个创意,这是重要的。是人,总是开心吃大餐,愉悦享佳肴,吃乳腐也一样。所有的乳腐最后是要吃的,好吃不好吃,舌头的判断很重要。我对乳腐的好印象是来自乳腐的糯味。轻轻地夹了一小块入嘴,放在唇上,舌头转一圈,慢慢下咽,满嘴顿生凉意,凉意很快过去,袭来的是一股有点酸,有点甜的杂糅的味道,这味道紧压舌苔,口感酥软、细腻,很是顺口,嘴一闭合,与饭粒一起进入喉咙,清爽、滋润,也香甜,怡人怡神。你一定想吃第二口,第三口。因为吃乳腐的咬合都是在闻香的气氛里进行,看自己品尝时温文而又儒雅的样子，自感自己有了谦谦君子的风

文 / 高明昌

度,有点自豪。

鼎丰乳腐的好吃是必然的，这与鼎丰的历史有关。同治三年到今天,一百多年的岁月更迭,鼎丰人不忘鼎丰的创建宗旨,始终在鼎丰乳腐的制作工艺上不敢有半点的怠慢，一直做到精益求精。酿造食醋要做到“酸味醇厚,回味悠长”,酿造酱油要做到“芳香四溢，香飘万里”;即使制作调料也要做到“营养丰富,美味天成”。如此精心,如此苛刻,不为别的,只为不辱老字号的美名,不枉芸芸众生的信任。有了这份美好心愿,有了这份辛苦的劳作,这千锤百炼而成的乳腐能不成为世上的“臻品”,能不成大众的美味?毫无疑问,鼎丰乳腐今天的辉煌是全体鼎丰人坚持职业操守的必然结果。鼎丰诞生于奉贤,成就在南桥,确实是奉贤百姓修来的福分,应骄傲,当珍惜。

你来奉贤休闲,你来南桥观光,劝你去鼎丰买点乳腐回去,很有品位的。到鼎丰,送给你的是鼎丰人淳朴的笑意，然后鼎丰人一定先让你去他们的陈列室看个够,鼎丰人坚持着“先饱客人眼福”的接待方式,就像坚持着质量第一的信誉一样,恪守得有点拘谨,但这是品质。所以,你去了就是客人了,客人来了,买与不买都是客人,买与不买都不重要。

第一食品举办丽水食品节

浙江丽水素有“中国生态第一市”、“浙江绿谷”、“华东动植物摇篮”等美名。好山好水好空气,自然孕育出最优质的食材。8月18日至月底，第一食品丽水食品节在人流如织的南京东路步行街上登场,显得分外瞩目。吃在上海,品在民心,要想在民以食为天理念早已扎根人心的当下，稳驻食品店17年,只有两件最根本的营销措施:选取上等优质无污染食材,按传统工艺,密制精做,丝毫不能减少任何环节,不然,食客只要纵、横

向一比较，立刻识出你的成货究竟兑水多少,是干是湿。以丽水三大食材为例,被誉为“菌中之王”的银耳,朵大肉厚、胶质重、无烟熏、纯天然,这些来自大山深处的珍馐美饌,对讲究生活品位的申城民众而言，是个福音。原生态健康美味最是诱人,丽水生态精品销售者敢于这么承诺：我们要捍卫传统,做有良心的食品销售人，让上海人民放心，让丽水品牌声名远播,不辜负家乡人民对上海的一片深情厚谊。

庆杰

好吃易做的三道无油烟美食家常菜

一、香菇木耳蒸鸡

主料:鸡腿1个、干香菇10g、干燥压缩木耳1/2块。

配料:姜丝10g、青葱1根。

调料:料酒1大勺、酱油1大勺、蚝油2大勺、细砂糖1茶匙、盐1茶匙、玉米淀粉2茶匙、清水4大勺。

做法:

- 1.木耳用冷水泡发、洗净，香菇泡发洗净。
- 2.取一只干净的碗,放入料酒、酱油和蚝油,加入糖、盐。
- 3.再加入淀粉和清水,搅拌均匀做为料汁待用。
- 4.鸡肉切丁,放入碗中,撒入姜丝。
- 5.倒入调好的料汁,腌制15分钟。
- 6.香菇、木耳切丝,撒在腌好的鸡肉上，放入蒸锅,水开后蒸15分钟即可。

二、酒酿蒸鸭

主料：鸭子半只、米酒150g。

配料：枸杞20颗、姜5片、葱1截、盐适量。

做法:

- 1.鸭子剁大块，用清水浸泡半小时左右，期间反复换水，直到血水退去，肉色发白。



- 2.用干净的汤勺取出提前酿好的米酒。
- 3.浸泡之后的鸭子用清水洗净。
- 4.根据自己的口味轻重倒入适量的盐。
- 5.倒入称取好的米酒。
- 6.用手抓匀，使鸭肉充分浸泡在米酒中,静置20分钟左右。
- 7.姜切片,葱切段。
- 8.锅中加水，浸泡充分的鸭肉连同米酒一起放入蒸锅,放入葱段、姜片。
- 9.撒上枸杞,大火烧开,转小火蒸45分钟左右。

三、土豆蒸排骨

原料：中型土豆1个、排骨250g、葱2根、姜1块、蒜2瓣。

调料:料酒1大勺、生抽1大勺、蚝油1大勺。

做法:

- 1.葱切段、姜蒜切片,排骨洗净。
- 2.汤锅烧水,水开后放入葱姜蒜,放入排骨,汆烫2分钟。
- 3.排骨捞出,加入料酒、生抽、蚝油抓匀，腌制20分钟。
- 4.土豆切滚刀块,铺到盘中。
- 5.排骨铺在土豆上,撒上葱丝。
- 6.锅中烧水,水开后将排骨放入蒸屉,入锅蒸15分钟。



新民好吃微信订阅

更多精彩内容请关注
新民好吃微信号