

好吃周刊

B11
皮肚和皮冻
B12
怒族珍馐



本报事业发展部主编 | 总第 426 期 | 2015 年 12 月 24 日 星期四 主编:龚建星 责任编辑:龚建星 视觉设计:窦云阳 编辑邮箱: gjx@xmwb.com.cn



苏州吴江震泽镇上的美佳乐卤菜馆,以做得一手好卤菜而闻名,实际上它更是一家下得一碗好面的面馆。该店有个特点:食客在店里品尝美味的同时,还能欣赏到一阙弦索叮咚、吴侬软语的评弹。这些“演员”都是评弹发烧友,具有很高的演绎水平。他们给店里的顾客带来美的享受。

图文 / 萧斐

红泥小炉

文 / 西坡

烟雨江南运河宴(下)

江南地区的菜肴,食材并不高级,达官贵人家里吃的,平头百姓照样吃得,区别可能只在烹饪水平的高下(官府菜聘有专业作手,略占优势)。

和扬帮菜一样,苏州菜的最大特点,就在于用寻常食材烧出不寻常的滋味来。而“不寻常”的产生,全赖于烹饪师的精心设计和精准调和。

开吃。
“江南运河宴”的菜品如下:
水果:餐前多味果拼;
冷盆:盐水鹅、醉牛腱、瓜姜银鱼、拌双脆、紫姜八坵皮蛋、醋椒水芹;
手碟:熏青豆、炸茨菇片、拌震泽黑干丝;
热菜:三件子砂锅、炒虾蟹、坚果东坡羊方、虾籽蹄筋、网烤出骨八宝鳊鱼、吴郡香青菜;
美点:鲜肉方糕、玫瑰果炸、酱肉菜饭;
甜品:杞子四白。

没有燕翅鲍参,没有松露瑶柱……表面看,似乎无甚可观,都是极平常的食材,甚至还不如一桌普通人家的年夜饭!但是,就像“苏作”、“刺绣”一样,它的卖点,就在制作过程的精细,精确,精巧,精到。

比如醉牛腱,举座皆予佳评。看字面,似乎是一款用酒烹调的牛肉菜肴,但用什么酒?怎么用酒?怎么烧?等等,凭想象绝对要出错。徐大师为我解说道,这道菜肴需放三次红酒:第一次,将洋葱、大蒜头、姜切片放

入油中煸香,下红酒少许(然后加入番茄酱烧开,打成茸,再加上海辣酱油,烧成卤);第二次,(牛肉切成片,入油锅炸)将烧好的卤放入锅中,放入大量的红酒(接着放入牛肉,烧开加糖、盐调味);第三次,再加少量的红酒,即成上席。

比较明显的是,红酒在这里差不多替代了水的功能。如此“一唱三叹”,醉牛腱这道菜的滋味不“深入骨髓”才怪呢!

有老吃客质疑道,这般“折腾”,牛肉不是要老了吗?那就试试吧。结果非但不老,还相当嫩。之所以能够达到如此效果,全在于大师拿捏分寸,恰到好处。

再说一道坚果东坡羊方。一眼看去,这菜和一般的酱方乃至东坡肉无甚区别,其实形似而趣味大异。把羊方去骨焯水,下萝卜、大料、酱油、糖、盐烧至断生,冷却;羊五花肉切成肉末,下调料拌上劲待用;在羊方带肉的一面切十字花刀,抹点生粉,把羊肉末均匀地抹在上面,形成羊方生坯;再放入原汤中烧至酥烂(以不失其形为要);出锅装盆,把汤汁打芡,浇在羊方上即可;焯过水的西兰花、白花菜围边;核桃肉末撒在羊方上,大功告成。这道菜,用三个小时加工,外表鲜亮,酥而不烂,与传统的酱方近之。但食材选用羊肉,是为别出心裁;再加黏合肉末,形成皮、肉、肉末三个层次,既吃手工,又繁而不琐,那就相当高级了。

无论清蒸还是红烧,鳊鱼总是餐桌上最受欢迎的鱼类。在“江南运河宴”上吃到的一款“网烤出骨八宝鳊鱼”,有一种幸福感。这种感觉来自于对食材进行挖空心思的艺术加工,再加工:先把鳊鱼从背部去骨,用姜、葱、盐、味精腌制半小时待用;将八宝馅心



(猪肉、香菇、大头菜、生鸡脯、去皮鸭肫、笋、瑶柱、干葱头)切成丝;然后放又烧酱、甜面酱、盐等勾芡;生抽、盐、葱姜少许及色拉油等,调制咸烧汤汁;把八宝馅铺入鱼肚,包上网油,淋上烧汤汁,入烤箱烤若干时间。按照大师的说法,此菜是结合了三道苏州传统名菜而成。我尤其欣赏烤鱼上面装点酥姜丝,受风而微微飘舞,动静配合,相得益彰。

以上三道菜,用的食材,再普通不过了,但普通人家没法上手,关键在于制作复杂,非专业人士不办。

如果制作过程简单,我们是否就能和大师平起平坐,难分伯仲了呢?呵呵,你就瞧好吧!

三件子砂锅(三件:鸡、鸭、蹄膀),苏州菜中的典型,相当于上海人的腌笃鲜,家家均备,人人会烧;有的苏州人还创造了“五件”“七件”……但,套用时下一个流行词——“然并卵”。我听徐大师说过:三件,足矣;多,并不见佳。如此,则大师可发挥的余地不多了。哎,人家就是想得出——就在出菜时,汤水尚在咕嘟滚(吴方言,犹言极烫),放入当场煎炸好的小馄饨(注意:不是人们平时吃的小馄饨,而是小的馄饨,一只只就像微型的大馄饨,里面包裹鲜肉馅料)。这可是出人意料之举,然而也需要冒一定的风险,那就是“叫好不卖座”。但此菜不存在尴尬,好吃着呢。

再说一味创新菜——炒虾蟹。原是极平常的菜;虾仁和蟹粉合作,勾芡翻炒出锅,没什么可圈可点的。妙在与它相配的是半个空心饼(类似半个蟹壳黄,镂空,只剩薄脆的外壳),把炒虾蟹塞进空心饼中。“啊唔一口头”(吴语:一大口),虾香,蟹香,芝麻香,面皮香,啧啧而出,嘴里好比进行了一次“核反应”!

……

在这阴冷的冬雨里,品尝“江南运河宴”,满座得意。说,“甞音不响,三月的春帷不揭”?得了吧!现在确实离春天还远,不过,我们早已闻到早春气息啦。

文 / 李兴福

一周一菜

腴香拌莴笋

莴笋又叫莴苣笋、香莴笋、青笋等,各地叫法不同。莴笋可剥皮生食,味如胡瓜。莴笋可做冷菜,可烹制热菜,可当主菜,也可做配料。任何一菜配上莴笋,色泽青亮脆嫩,如莴笋炒鱼片、莴笋炒肉片等菜肴。



原料:莴笋 600-700 克,小料:姜 30 克,小香葱 40 克,泡红辣椒 40 克。调料:香醋 40 克,糖 20 克,精盐、鲜粉各适量,生抽酱油 20 克,植物油 50 克。

制作方法:新鲜嫩莴 2-3 根去叶(另用)。将莴笋老皮剥去,再用刨刀刨去白色莴笋筋洗净,切成二寸长的笋段,再切一分半厚的片,再切一分细的丝。全切好后,放入大碗内,净莴笋丝 350-400 克,放少许精盐腌渍 20-30 分钟,准备 500 克冷开水(待用)。葱姜洗净切成一寸长的细丝,泡红辣椒去籽洗一下切成一寸长的细丝,三样丝放入碗内,炒锅洗净上火烧热,放油 50 克烧至 6-7 成热,将热油冲入葱姜、泡椒内,再将糖、醋、生抽酱油、鲜粉等加入油碗内(待用)。再将莴笋丝放入冷开水内用筷子拌一下,倒入漏勺内沥干水分,装入盆内,将小碗内的调料拌一下,浇在笋丝上面,再用筷子拌一下,即成上席。

特点:色泽青、红、黄三色相当美观,咸辣酸甜互不压味,葱姜芳香四溢,嫩脆鲜美。这是一款腴香味型的冷拌菜肴。同腴香味型热菜在味别上有不同点。这是上海何派川菜板块。

友情提示:莴笋在制作时,不论是冷拌吃或者切丁、片、丝,当做配料,制作前都要用盐腌渍几分钟,再冲洗一次烹制为好。

2015 年崇明生态软香米上市啦

粮食合作社直接销售
10 斤装 90 元 20 斤装 170 元
苏浙沪包邮
订购电话(021)52801507 61206543