



文 / 吴翼民

早就心仪河南的烩面了,所以当我们全家自驾来到河南洛阳旅游之际,我就提出,河南的烩面不得不尝,于是我与家人商定,在洛阳的有限逗留时间里,正餐就吃水席,早餐或旅途中就尝洛阳的烩面。

赶巧,我们下榻宾馆早餐的自助餐就有烩面现煮现供,我当然不会放弃,当柜的师傅知我有河南烩面情结,就特意多放了些作料,然而我品尝下来觉得一般,汤水一般,浇头单调,面条也欠筋道。于是女儿提醒说, 宾馆的自助餐已经模式化了,不可能烩出好味道的,倒不如去大街小巷的店家,说不定能碰到正宗的烩面呢。

那天观瞻龙门石窟,女儿已经在手机网上打探得一家就近的面道馆了,尽管我们点的是小盘的面条, 那拌面和烩面皆分量挺足,尤其是烩面,与隔夜吃的洛阳水

席一样,汤汤水水一大碗,一个人随便怎样也消受不了的,面条是手工擀的宽宽的“大刀”面,汤水乳白,点缀着生青碧绿的青菜叶和层次分明的羊肉片, 还有鲜艳的辣椒丁,看着就勾诱人的食欲;拌面亦然,浇头和作料相得益彰, 偏粗的面条看着就知滑爽入味。我轻轻喝了口烩面的汤,一股带有辣味的鲜香就直蹿喉窝,再夹面条入口,滑爽而耐咀嚼,继而吃浇头,羊肉又嫩又肥,淡淡的羊膻味恰到好处,我便连声叫好,我说,这样的好面条要细细品味。

于是我细细搜寻往日的美味,与河南烩面可以媲美的应是南京的特色小吃小煮面啦,两种面条风格相近,都是经过烩啊煮啊, 好汤好水好浇头把面条浸润透了,面条却不失筋道。

那是一段三十年前我去南京参加一

个读书班的经历, 食堂的饭菜实在吊不起什么胃口,就去街上觅食,发现许多店家除了供应冷面便是随意随吃的小煮面。小煮面的面条未必要手擀,多半是机制,是预先捞好的,一盘一盘搁着,吃客来了,将高汤煮开,投入荤素浇头,如青菜、肉丝、皮肚(发好的油余肉皮,应是小煮面必备的浇头之一)等,然后投入熟面条,稍一煮便可,桌上的各种作料随便你免费添加。一碗小煮面,主食副食荤素菜汤水俱全,只需一角几分钱(当时的物价),吃着好配胃口。

如果再联想的话,其实无锡有一款老式面也属于烩面或小煮面类型——高汤中投入各种荤素菜,然后将面条(极细的银丝面)下入其中,大汤大水的一大碗。虽然比较高端,但溯其源,根在中原,是最传统的,所以取名“老式面”。

食门槛

厨艺小妙招 美味又可口

带鱼萝卜丝自然增鲜 在烧带鱼时,可使用少量白萝卜丝(500克生带鱼需要添加白萝卜丝50克),烧制15分钟后拣出萝卜丝,装盘即可。萝卜丝有增加带鱼鲜味的作用。

苦瓜炒后无苦味 炒苦瓜为了减少其苦味,可采用两个小招数:一是苦瓜改刀后加入少许盐略微抓拌,腌制10分钟,挤干苦瓜腌制时流出的水分;二是炒制过程中,淋入少许白醋,不仅炒后的菜肴颜色靓丽,而且也有缓解苦味的作用。

白糖炒空心菜不变色 炒好的空心菜很容易变色, 以下小方法,可避免其变色:

空心菜500克放入

烧热的油锅内, 先加入白糖3克大火翻炒,最后加入盐6克调味出锅即可。

糖水金桔变身小凉菜 金桔是败火的好食材,可将其做成可口的凉菜,客人很喜欢。具体做法:不锈钢锅里放入冰糖100克、蜂蜜20克和清水350克,小火熬至冰糖溶化,放入洗净的金桔300克,小火煮15分钟,待糖水变得非常粘稠时,取出金桔,放凉装盘。文 / 王 永 兰

煮妇经

白酒巧去腌菜膜

腌菜水表面容易出一层白膜,如不及时除去,会使腌菜腐烂变质。若将菜缸挪至气温低的地方,并且在汤的表面洒一些白酒,或者往汤里加一些洗净切碎的生姜、葱头,把菜缸密封四五天,白膜就可消失。

文 / 连淑兰

食神会

腌蒜茄

文 / 翁俊安

蒜瓣拍碎。将适量盐料与姜丝、蒜瓣、黄豆、香菇、茄子拌匀,放到盛黄酒的小坛子里,上面用几块鹅卵石或青石片压牢并封口,如老君炼丹,一周后便可开坛取出食用。放入时紫亮亮白净净的茄子,被渍成紫灰色,清水冲洗下依然紫亮亮白净净,连同姜丝蒜末黄豆香菇蒸熟,滴上几滴香油,可与《红楼梦》中茄鲞“虽有一点茄子香,只是还不像是茄子”的味道相媲美。汪曾祺先生在他的《故乡的食物》里这样说:“腌了四五天的新咸菜最好吃,不咸,细、嫩、脆、甜,难可比拟。”

入口之物,皆可咸之。尽管腌蒜茄所用的盐比素日炒菜时用的盐要多点,可茄子含有葫芦巴碱和蒜中的尼克酸,很容易饱和盐中钠分子,钾、镁却不曾流失。味道是有根的,也是讲究搭配的,茄子、香菇和黄豆融合得十分微妙,茄子细嫩如做过“面膜”一般幼嫩爽滑, 蕴涵着巴西咖啡那般微酸,带种清清的白芷香味,口感颇为

霸气,开胃特下饭。

咸味菜算得上是中华美食中的老字号了, 吃咸味菜是先古遗风,且延续了几千年。咸味菜离不开盐料,《宋史·食货志》曰:“盐乃味中君子,引出百味,而后退隐……”食物用盐料渍润起来,可保持存放时间,尤其是蔬菜,经过时间浸润,食物盐分含量已转化为“健康平衡盐”,最能突出其本质芬芳。如韩国泡菜,日本渍之物等。

本版选图：晓夫



家庭菜谱

慈姑作肴好滋味

入冬以后,慈姑大量上市。慈姑又名茨菰,是水生作物,味甘、性寒、无毒,营养丰富可作当令菜肴。

【慈姑木耳豆腐】

慈姑250克洗净后切成小块入油锅煸炒断生;倒入划碎的200克豆腐及25克水发木耳同煮,加盐、少量酱油、味精、糖一起用高汤、水淀粉勾成的薄芡,出锅前撒上葱花上桌。

【慈姑炒咸菜】

慈姑300克洗净后切成小块;咸菜100克洗后切成末,香豆腐干4块切成丁;起油锅煸炒慈姑块,断生后倒入咸菜、香干一起煸炒;加少量盐、糖、味精,颠翻炒匀后上桌。

【慈姑炒蛋】

慈姑250克洗净除须毛切块;水发木耳25克洗净备用;鸡蛋三只打成蛋液入油锅煎成蛋块盛起;留底油煸炒慈姑断生后倒入木耳、鸡蛋块同炒、加盐、少量糖、味精翻炒,出锅前淋水淀粉薄芡、撒葱花上桌。

【琵琶慈姑】

慈姑20只洗净后切去上下两片,留下中间的姑柄部分;150克猪肉糜放容器内,加入精盐、味精、黄酒、1只鸡蛋液,淀粉拌匀;在连柄姑的面上抹一层淀粉,用小刀将猪肉糜刮在慈姑上,使其像琵琶形状;炒锅下食油烧热后,将慈姑分批下锅煎(肉面朝上)至肉面呈金黄结壳时取出沥油,锅内留余油少许,把煎过的慈姑排叠在锅里,加入酱油、糖、黄酒、盐和高汤,用旺火烧开后转小火焖烧4分钟,加入味精,收浓卤汁即成。

【咸肉炖慈姑】

咸肉250克洗净后斩成小块投入锅内煮开后,撇去浮沫盛起;慈姑10只洗净后对剖切开,入油锅煸炒断生;加咸肉汤及咸肉块用中火同炖至慈姑酥香;临起锅前撒葱花和少量糖即可。

【慈姑狮子头】

慈姑20只洗净后入锅煮熟,出锅待凉撕去外皮后捣烂成泥;拌入150克猪肉糜,加酱油、糖、黄酒、味精、葱姜末、1只鸡蛋液、淀粉一起拌匀上劲后做成一只只狮子头状肉丸;起油锅将狮子头余炸成金黄色捞起沥油;锅留底油,加少量盐、糖、酱油、醋、味精、水淀粉勾兑芡汁,将余过的狮子头入锅炒均匀,淋香油撒葱花起锅上盆。

【拔丝慈姑】

将400克慈姑洗净去皮切块,2只鸡蛋清放入适量淀粉搅拌均匀糊状;将慈姑逐块在蛋清糊里拖过,再蘸上干淀粉;锅放油加热,分别投入慈姑块,炸至金黄色并发硬时捞出沥油;另用净锅加少量油、白糖、清水并用小火加热使糖融化熬至慈姑能拔出丝时,即捞起并撒10克熟芝麻即成。

【慈姑煨猪手】

慈姑300克洗净切块;猪手3只洗净去毛对剖后切成段入锅加姜片、数滴黄酒煮沸后去浮沫;后加入慈姑块、剥壳栗子四、五枚对剖后加盐、少量糖煨至猪手皮烂发粘即可上桌。

【慈姑清炖鲫鱼】

慈姑不等煮熟后剥去皮捣烂后,拌入盐、味精、葱花成茸;鲫鱼剖杀除内脏洗后,肚内填葱、慈姑茸,入器皿,加姜片、盐、葱结、熟猪油清炖,或入微波炉煮熟,吃口鲜美,有滋补养生作用。

【椒盐慈姑球】

慈姑250克煮熟后剥去外皮捣烂加入50克面粉、1只鸡蛋液、适量盐、糖、水拌和成软硬适中不粘手,做成一只只鸽蛋大小的球,外粘白芝麻入油锅余至金黄,沥油上桌。吃时可蘸番茄沙司或其他调料。

李德复

