



相对法国餐馆的典雅华贵,美国餐馆总是显得张扬奇特。这是坐落于巴黎市中心的一家美国餐馆的外表,热热闹闹得就像在演一出百老汇歌舞剧或者一部好莱坞大片。——图文/萧斐

红泥小炉

文 / 西坡

蓼岸风多橘柚香

车到乐清境内的一处高速公路休闲区,大家下车,弯弯腰、挪挪腿、“唱唱歌”,放松一下。我走进小卖部,一眼瞥见柜台一侧垒着一堆黄澄澄、圆滚滚的柚子。一打量,标牌上写着“4元1斤”,心想,上海还卖不了那么贵,“城乡差别”缩小了哎。定睛细看,不得了,看错,人家清清楚楚写的是——40元1只!不相信。什么柚子?哪有那么贵的,抢钱啊!一旁的朋友笑说:“如果确实正宗,这个价格合算的,玉环柚,好东西呵。”

我平时与柚子没少打交道,沙田金柚、江永香柚、琯溪蜜柚、红肉蜜柚以及面熟目生的各种柚子,都接触过一点。玉环柚是哪路神仙?实在心里没底。朋友撺掇,让我买个试试,被我严辞拒绝:都什么时候啦!股市跌得这样惨,谁还那样铺张(买一个玉环柚的钱够买其他四个好点的柚子),倘若不是做“老鼠仓”的基金经理,怎么舍得?说来也巧,之后的若干天,一些朋友在淮海路一家餐厅聚餐,店家奉上的水果就是柚子。大家吃后齐声说“赞”。正好一位朋友

和店经理熟稔,便把他叫来问询。这才知道,原来这就是玉环柚子。经理见我们对他的柚子格外喜爱,一高兴,拿来几箱分赠各位。

回家。还没撕开外表覆盖的一层薄膜,一股清香沁人心脾。打开一看,肉瓤小小的,非常精致,但柚核却很大,像阔版南瓜子。水分饱满,吃口清爽,甜中带酸,还兼一点点苦涩,洵为佳品。更重要的是,放在家里,满屋飘香,经久不散。缘于此,对于最后一只玉环柚子,我坚持不再让它壮烈牺牲,以便让它完成“香炉”的使命。

而东南亚一带的人,则喜欢把柚子皮当做帽子,倒也物尽其用。

柚子在我国有悠久的栽培历史,《诗经·大东》曰:“小东大东,杼柚其空。”《庄子》当中说:“夫狙、梨、橘、柚、果、蔬之属,实熟则剥,剥则辱,大枝折,小枝泄。”可证。柚子别名很多,最出名的是“文旦”,据说这原是日本人的称呼,他们以此来纪念把这种水果传到日本九州的中国船长谢文旦。最有趣的叫

法是“抛”,大概因为收获柚子时,人们总是拿它抛来抛去吧。

中国古人似乎把柚和橘看作是同类的东西,所以文章中总是“柚”“橘”相提并论,比如,“杂橘柚以为圉圉,列新夷与椒桢。”(《楚辞·七谏》)“人烟寒橘柚,秋色老梧桐。”(李白)“荒庭垂橘柚,古屋画龙蛇。”(杜甫)最尽妖娆之至的是孙光宪的《浣溪沙》:“蓼岸风多橘柚香。江边一望楚天长。片帆烟际闪孤光……”在他们笔下,柚和橘,就像鸳和鸯、狼和狈的关系一样。

现在还不能确认柚子的故乡究竟在哪里,除了中国,美国、南非、墨西哥、叙利亚都算不上,但它们(包括中国)却是产柚大国,其中美国的产量竟是中国三倍(中国名列第二)!真是难以想象。

中国人之所以喜欢柚子,好吃是当然的,挖掘其中的象征意义,也是重要推手,比如,柚从形状上说有“团圆”“圆满”的意思;从读音上说有“佑”“有”的含义……

广东名菜虾子柚皮(柚皮蒸熟后撒上虾子),极受欢迎。我怀疑所谓味佳,只限于虾子,柚皮则无法恭维。我在永嘉吃过一道炒胡柚皮,只尝一筷,嘴巴就举行罢工,最后一倒了之。倒是韩国人聪明,把它加工成柚子茶,风靡全球。

喜欢吃柚的人,可以说是人精,因为其实柚子并不可口,甜不甜,酸不酸,苦不苦,涩不涩,无法形容。能够安之若素、欣然入口者,绝对是前世修得正果,懂得人间至味仿若人生,隽永乃为王者,其他“神马都是浮云”。然而,也有一班以食柚作为暮鼓晨钟的日课,正是患有现代都市之“贵恙”——血糖偏高——的人群。我有个亲戚自从得了“贵恙”,其他水果不敢碰,独钟柚子,常年缠绵于此,居然成了品鉴专家,犹如装备一副火眼金睛,好坏一掂即知。他送我的柚子,没有不好的,像被点化过了。

吃柚子可以降血糖?大概是吧。不过,专家警告说,吃降血压药的人可能同时吃柚子,因为柚子也可降压,否则降压力道重叠,人就低血压了,难免要叫120帮忙。

真是这样吗?若有实证,我宁愿以柚代药。须知,现在一粒降压药动辄七八元!与其每日按时仰药,还不如日食几片柚肉。省下的钱,正好去抄股市的大底,岂非一举两得?

周一菜

文 / 若丹

什锦暖锅

上海人家都喜欢在过年时做一只什锦暖锅,无非是用大白菜、粉丝等打底,放上几粒开洋吊鲜,或再铺些水发肉皮,在最上层依次码放上吃剩的白斩鸡、熏鱼、白肚、肉圆、鱼圆、蛋饺、酱鸭、咸肉、油爆虾、香菇、冬笋、水发鱿鱼等,如实在缺料,甚至放上香肠、红肠、午餐肉等,倒入鸡汤或肉汤,慢慢烧出味来。而本帮菜泰斗李伯荣却将这只什锦暖锅做得色、形、味俱佳,普通的食材也令人心旷神怡。



肉糜加葱姜末、黄酒、盐、味精调成馅,用金属勺加热,肥膘抹过后,加蛋液转摊成蛋皮饼,放入肉馅,将蛋皮饼掀起一角对折成蛋饺,共做12只;百叶切成12张小三角形,放入开水中稍泡一下,挤干水,放上肉馅,做成百叶包;白菜切成骨牌状,煸炒后装入暖锅内,均匀地放上蹄筋、小百叶包做底料。熟鸡肉和熟猪肚分别切成条,依次将熟鸡肉、水发海参、青鱼片、熟猪肚、鸡(鸭)肫片、冬笋片(留下8片)、腰花各100克,水发香菇75克等整齐排放在底料上,在各料的接缝处各放上一片留下的冬笋片,距各料中心处围一圈蛋饺,中间放上虾仁100克。暖炉加黄酒、盐、味精和汤,点火烧开后,菠菜、粉丝随锅上桌,可添阖家喜气暖意。

专家告诉你海参的营养价值、挑选技巧、食用方法

现在,不论是过节送礼、馈赠亲友、孝敬父母、还是自己滋补,大家都选“海参”,因为海参名贵,送礼有面子,自己吃营养价值高!

特别临近元旦、春节,素有“海参之王”美称的辽宁“全福海参”厂家直销,几乎能省一半钱,每天订购热线021-33328066都快打爆了!

但是,您可能还不知道——
第一、为何说海参营养价值高?海参有“百补之首”的美誉!与海参、燕窝齐名,是世界八大珍品之一,《本草纲目拾遗》记载:“海参,具有补肾,益精髓,摄小便,壮阳疗痿,其性温补,足敌人参。具有延缓衰老、抗肿瘤、抗疲劳、提高免疫力等显著作用!”
第二、海参该怎么做、怎么吃?

● 海参粥:海参粥:取水发海参一只(约50克),切成片,与100克小米煮成粥,味道清鲜可口!

● 海参鸡肉汤:水发海参150克,鸡肉250克,水适量,炖成汤,滑润爽口、补血养气!

● 海参鸡蛋汤:取一只水发海参切成段,与鸡蛋做成汤,放些香菇、葱花,香气四溢!

● 海参清汤:将海参切碎,入锅烧开,根据个人口味加一些调料,汤清味醇,柔软鲜嫩!

● 海参蘑菇汤:用海参加蘑菇、玉兰片、虾皮煮汤,是中老年人理想的滋补品。

第三、如何挑选到优质海参?
● 问问海参出产的海域 比如,大连“全福海参”,被称为“海参

之王”,就是因为它产自北纬39度的大连獐子岛海域,这里属寒暑交界带,是世界公认的最适宜海洋生物生长的纬度!

● 捕捞深度一定要在水深30米以下 “全福海参”为什么参体肥壮、饱满、顺挺,肌肉厚实、肉刺挺拔? 主要是因为30米以下的水海非常纯净、水流缓慢、无公害,无淡水注入、海藻丰富,水温常年在12℃左右,海参生长速度缓慢、体内存储了丰富的营养!

● 生长年限最好6-8年 “全福海参”之所以成为海参中质量最好的一种,还有一个很重要的原因——捕捞的全是6-8年的海参,体壁肥厚,肉刺饱满,杂质少,营养价值高,肉质肥嫩、口感极佳!

● 要选择老字号、品质有保障 目前最老的牌子是“全福海参”,有50年发展史,先后被评为“辽宁名牌产品”、“中国最具竞争力产品100强”、“辽宁省著名商标”等,品质通过ISO9001、2000国家质量认证、HACCP国际环境体系认证、有机食品认证。

最新消息:节前买海参能省一半钱!
为强化全福海参第一品牌地位,春节之际,全福海参厂家直销,取消中间环节,成本价基础上只加价5%,向市民推出优质干海参和冻干海参特价销售。仅1000斤!售完为止!应广大读者要求,截止期延长至1月22日,以便佳节之需。有需要者请拨打021-33328066电话订购!



▲全福极品海参

厂家还郑重承诺: 据悉厂家还郑重承诺:1. 如果产品价格低于市场同品质的,10天内免费退货;2. 价格高于市场价者双倍返还差价,以消除消费者的后顾之忧。
抢购请拨打021-33328066
市内免费送货
欢迎企事业单位团购