



艾饺是清明前后江浙沪一带群众制作的一种食物,外皮用清明草(即鼠鞠草)和适量糯米粉、大米粉加入白糖水制成,馅料分为甜、咸两种。幼儿园的孩子们在老师和家长的指导下亲手实践,包艾饺、闻艾香,感受传统节日的魅力,增加对中华传统文化的了解。——文/豆儿 图/IC

文 / 若丹

### 周一菜 白焐肉



春来笋生,菜场里堆满了竹笋、毛笋,价格也不算贵。过去家里人多,在当下的季节里,逢上休息天或节假日,厨房里总会飘出腌笃鲜的香气来。现在许多人怕吃咸肉,于是,笔者特介绍此款白焐肉,既有腌笃鲜之鲜,又不惧亚硝酸盐等。

猪蹄膀肉拆去骨头,约1000克,放入锅里用沸水氽透,然后再放入冷水中浸泡,并洗去血污,拔去猪皮上的剩毛,冲洗干净后再放入锅中,重新加水、料酒、姜片、葱结,大火烧沸后,转成小火焐至8成熟,捞起备用;肉凉透后,改刀切成肥瘦相间的薄片。剥去壳、斩去老根的鲜竹笋200克,放入沸水中焯一下,切成滚刀块,放入砂锅内。原汤适量倒入砂锅,再码放上蹄膀肉大薄片,用中火焐至肉烂,加盐、味精、胡椒粉就可上桌了。如能加几瓣菊瓣同焐,汤中更有一股清香味。

此菜汤浓肉香,味道醇厚,相传是清代大诗人、美食家袁枚的家厨名品之一。

**饵**丝,即把饵块切成粗细均匀的细丝。把饵丝、熟猪油及各种作料,放在一只专用的

小铜锅里反复翻炒,浓油赤酱,包裹住每一根饵丝,十分入味。昆明人称之为“小锅饵块”。

小锅饵块选料讲究,一定要选用官渡饵块(非官渡之官渡,乃昆明的一个古镇,以制作饵块闻名,是昆明旅游不可或缺的一个景点)。官渡饵块有400年的历史了。我去官渡古镇,在一条古色古香的步行街上,卖饵丝的摊位不少,足可证明这个地方盛产饵块。

据说,民国时期玉溪人翟永安在昆明瑞仕街开设永顺园餐馆,专



红泥小炉

卖小锅饵块,令食客趋之若鹜。我在昆明,因时间所限,未能趁前吃它一碗,至今遗憾。

除了炒,饵丝的做法还有一种,煮,吃法就像吃米线。历史文化名城腾冲,以饵丝为地方风味,炒煮并美,享誉遐迩。由于名气太大,游人品尝之余,往往还想带回家里让人分享。所以当地便把饵丝做成袋装、碗装于饵丝以便携带。

云南曲靖市流行的是蒸饵丝,做法虽有别于炒、煮,但添加各种作料(肉糜、香菇等)拌着吃,和前

## 粑粑·饵块·饵丝(下)

文 / 西坡

两者精神一致。

那么饵丝是否就是米线?似是而非吧。有人说,米线没法干制存放,而饵块(丝)正相反,以此作为区分两者的根据。这是不正确的。我家附近有专卖云南红河土产的商店,里面就有卖干米线。不仅如此,我还尝过朋友从贵州带来的干米线(需浸泡)。应当说,它们都是用大米做的,而区别在于饵丝是煮熟的米饭做成块切成丝的,米线是先磨成粉然后用米浆榨出的。

其实,在云南,饵块和饵丝的概念,就像粑粑和饵块,很多时候是交

叉的,块丝不分,把饵混淆,喜欢钻牛角尖的人若要把它们弄得水落石出,非被折磨死不可。

相传明末清初,南明永历皇帝朱由榔奔逃至腾冲,饥肠辘辘,命在旦夕,后来得到腾冲老百姓奉上的炒饵块,才不至于成为饿殍。于是永历不觉感叹:“真乃大救驾也!”因此,腾冲饵块又名“大救驾”。腾冲饵块与昆明炒饵块不同,是三角形的,标志明显。

我可听到的“大救驾”的故事不是这样的。

“大救驾”是一种由青红丝拌肉

做馅烤制的油酥饼,有关人士不是永历皇帝而是后周的赵匡胤。和几乎所有的美食故事一样,受命于世宗的大将赵匡胤,在公元956年率兵征战南唐(今寿县一带)。南唐守军拼死抵抗,居然坚持了九个月。待到城池攻克,赵匡胤累得一连数日,饮食难进,将士为之犯愁。军中有一个厨子向当地厨师请教后,以白糖、猪油、青红丝、桔饼、核桃等作馅,嵌入面团之中,压扁烤制,呈给赵匡胤。赵吃了,大加赞赏,很快恢复了健康,接连又打了几个胜仗。后来,赵匡胤当了皇帝,对曾经救过命的香酥脆饼念念不忘,欣然赐以嘉名——大救驾。

当然,“大救驾”的产地换了,是安徽的寿县。不信,你到寿县问问,是不是有一种叫“大救驾”的小吃?

近日在沪上被广泛追捧、预订火热的天月西湖龙井明前茶,终于到货。

沪上品茶专家冯之初:绝对正宗西湖龙井明前茶——太值了!还省了好几千!

冯之初先生说,对于明前还是雨后,特级还是一级,看一看,尝一尝就知道!“天月龙井”一看就是正宗的明前西湖龙井,你看它的外形,扁平光滑、挺秀尖削、长短大小均匀整齐、色泽黄绿鲜活,这证明采摘时间比较早,茶叶比较鲜嫩……再看它这个汤色,很鲜亮、嫩绿……闻它的香气,嫩香中带清香,就像山中清新的空气一样,让人舒畅、兴奋!轻轻喝一口……滋味清鲜柔和!

有位茶客说,今年市场价大涨,我预订这个天月西湖龙井在北京茶行卖8980,何止节省3000元,起码一下就省了近七千元!”

## 正宗西湖龙井明前茶到货!

——上海预订热潮持续高涨,预订者喜上眉梢,每盒省3000 仅剩300个名额!

为什么全国“涨”声一片,天月却以如此低廉价格出售?负责人一语道破天机——

“很多同行说我们在办傻事!为什么不借今年气温低、明前茶产量小,卖个好价钱?!反而卖得这么便宜?!其实,这是一次提高企业知名度的活动!目的是以这种超常规的方式,让更多上海市民关注天月品牌!

今年西湖龙井明前茶,市场价基本上在九千至一万元/斤的水平,我们这个特价,至少能为消费者节省7000元!但也只剩300个名额,清明节后整体提价1000元!再多损失就太大了!如果没订上,对不起,今年您要想喝上明前茶,就不是这个

价格了!天月西湖龙井4大承诺,让消费者吃上定心丸:

- 1.保证100%正品:天月多年来连续被评为“浙江省著名商标”、全国旅游商品定点生产企业、“国家礼品茶”定点承办单位,所售龙井,均产自龙井乡龙井茶一级保护区!
- 2.保证100%正宗明前茶:均为清明前采摘,芽叶细嫩、香气和滋味最好!
- 3.保证100%手工采摘、炒制:所供应的西湖龙井,均为手工采摘的最优质鲜叶炒制而成!
- 4.保证无理由退换货:无论什么原因,您不想要了,只要非人为损坏,7天包退、15天包换!

●通知:仅剩300个名额!市场价

8980元!限量特惠价:1988元!清明后整体提价,假一罚万!名额有限,先订先得!货到付款!节省7000元——您“出手”的最佳时机!

预订专线:33328068

●提示:电话预订不需要付钱,也没有任何风险!到货后,工作人员会电话通知您,如果您改变主意,订货也可以随时取消。

●厂家承诺:绝对正宗的西湖龙井明前茶!严格按照国家标准挑

选评鉴,均有原产地地域保护标志和QS标志,请放心预订——如果不是明前茶,保证退款,假一罚万!绝无二话!

●注意:今天这个价钱绝对是你在一生中再也不会遇到的优惠!请把这个好消息告诉您的亲朋好友,他们会感激您!



礼盒名称	西湖龙井明前茶	西湖龙井明前茶	西湖龙井明前茶
品性级别	精特级	特级	特一级
市场价	8980元/400克/盒	7980元/400克/盒	6980元/400克/盒
直营价	1988元/400克/盒	1688元/400克/盒	1388元/400克/盒