

美食季上周末迎来高潮

“大师宴”内含8道菜肴

上周末,美食季迎来最后的高潮。周六,绿波廊的倪伟国大师为市民带来了“黄鱼宴”,并教授了“杀鱼六法”,还展示了绿波廊特别为世界杯制作的甜点“驰骋绿茵”。同时,荣斐酒店的张国荣大师则演示了美味可口的“海鲜餐”。

周日,是美食季的传承和延续,在校长薛计勇的带领下,来自中华职业学校的师生们还原、复制了8道之前演示过的“大师菜”,组成了一桌“大师宴”,与“元首名点”套餐相结合,令人惊叹。

金旻矣 房浩 摄影报道



“元首名点”内含4道点心

椒盐腰果酥

1986年,英国女王伊丽莎白二世到访豫园。绿波廊被指定提供菜肴点心。如何安全卫生又隐蔽地将点心送达豫园?在绿波廊厨房里,开出一道小门,经过25米长的“秘密通道”,包括椒盐腰果酥在内的14道绿波廊名点送到了豫园。女王与服务员握手:“中国点心不比英式大餐差”。

桂花拉糕

1998年,美国前总统克林顿访问上海。餐毕,绿波廊端上了有名的“桂花拉糕”,克林顿伸出筷子夹拉糕,筷子却粘上了糕,掉了在桌上。服务员赶紧给他换双筷子,结果居然又掉了。直到换到第三双筷子,克林顿才吃上拉糕。从此,“粘

筷子、粘盆子、不粘牙齿”的桂花拉糕就出名了。

松茸焗饭糕

采用高档食材的松茸焗饭糕,是焗饭糕中的“高富帅”。2006年,俄罗斯总统普京到访上海,看中这道外硬内软、皮脆心糯的松茸焗饭糕。这位人称“铁腕总统”的“硬派型男”对焗饭糕爱不释手,念念不忘,吃得嘴巴也停不下来。

萝卜丝汤圆

首先将萝卜丝与红烧肉一起炖煮,随后再把红烧肉剔除,将充分吸入肉汁的萝卜丝包进汤圆里。2013年,法国总统奥朗德第一次访问上海,在兴国宾馆享用晚餐,在佳肴中最念念不忘的就是这道汤圆。 金旻矣 房浩 整理

香煎蚝油牛肉

主料:小牛肉,调料:食用油、李锦记旧庄蚝油、食糖、蒜片

1. 将小牛肉改刀成小方块,蒜切成片
2. 炒锅置于炉上加热后到入少量油,将小牛肉投入锅中煎至两边略黄倒出
3. 炒锅里留少许油烧热投入蒜片爆香,加旧庄蚝油、糖烧开再投入小牛肉翻炒收汁即可出锅装盘。

芝士焗扇贝

原料:带壳扇贝,帕玛森芝士,马苏里拉芝士,牛奶,黄油,面粉,盐,白胡椒,荷兰芹叶碎。

1. 扇贝从壳里用刀取出,去内脏洗净,撒上少许盐,胡椒待用。
2. 黄油融化,加入面粉,制作油面酱。
3. 牛奶烧至80度,加入油面酱,成一定稠度后,加入帕玛森芝士,使之更加香滑,白汁制成。
4. 白汁适量浇至带壳的扇贝上。
5. 撒上刨好丝的帕玛森芝士。
6. 入烤箱,180度烤十分钟即可,取出装盘,在烤好的带壳扇贝上撒上荷兰芹叶碎。

萝卜鲫鱼汤

原料:鲫鱼,白萝卜,姜,葱,料酒,老抽,糖,味精,食用油,白胡椒粉。

1. 鲫鱼宰杀,去鳞,去内脏待用。
2. 白萝卜去皮切成一寸半长条状,放入滚水中,加入少许盐焯水待用。
3. 锅里放入少许食用油,煎鲫鱼单面,放入姜片,葱段爆香,加入料酒,老抽,糖,水,白胡椒粉调味,放入焯好水的白萝卜条,先开大火烧开,后调至小火收紧汤汁,出锅前加入味精,出锅装盘。

糖醋素排骨

原料:面粉做的生花生,茭白,料酒,生抽,姜片,糖,醋,食用油。

1. 茭白切成两寸长条,一块块剪下分开。
2. 拿茭白条,生花生绕在茭白条上。
3. 水烧滚放入生花生焯熟。
4. 锅里倒入食用油,油烧至八成放入焯好水的生花生绕茭白炸至金黄。
5. 锅里留少许油,煸香姜片,放入炸好的生花生,加入生抽,料酒,糖,水,烧至汤汁浓厚,起锅前加入香醋,出锅装盘。

素蟹粉

原料:土豆,胡萝卜,香菇(干),鸡蛋,大葱,姜末,黄酒,醋,盐,味精,食用油。

1. 先将土豆,胡萝卜全部洗净蒸熟
2. 将熟土豆去皮,用刀背拍成泥。
3. 胡萝卜剥成萝卜泥,放在干净布里挤干水。
4. 香菇浸发去蒂洗净,与葱白都切成细丝
5. 鸡蛋打入碗内搅匀,放入土豆泥,胡萝卜泥,香菇丝,葱白丝拌匀
6. 炒锅放于旺火上,放入食用油,烧至六成热,放入姜末,煸香,下拌匀的素料煸炒热香,见素料凝成粒状时,加入黄酒,米醋,盐,味精调味,炒至卤汁稍干即成,出锅装盘。

青鱼煎糟

原料:青鱼、香糟、黄酒、酱油、白糖、姜末、笋片、香菇、麻油、水淀粉

1. 将青鱼去鳞洗净
2. 把香糟、黄酒和清水50毫升放入碗内,搅成糊状,然后将搅匀的香糟糊涂满鱼身,腌糟8小时后,用清水洗净糟糊,沥干水
3. 炒锅置旺火烧热,放入青鱼煎至两面金黄,再倒入黄酒、酱油,加白糖、姜末、笋片、香菇和开水,加盖烧制
4. 烧开后,端至小火上烧6分钟,再将锅端回旺火上,将鱼盛入盘中
5. 锅中的原汤加糟卤开后用水淀粉勾芡,放入葱段,再淋上香油,浇在鱼段上即成。

油爆河虾

原料:河虾、黄酒、白酱油、白糖、醋、葱末、姜汁、香油

1. 将河虾剪去头须和虾脚,用水洗净沥干
2. 炒锅里放油,用旺火烧到沸滚时,投入河虾略炸12秒左右,见虾壳呈红色、虾头壳、须脚松开,即倒入漏勺里沥去油
3. 在倒尽油的热锅里加入黄酒、白酱油、白糖、醋、葱末、姜汁,搅至卤汁稠粘时,将炸好的河虾倒入,煎约8秒钟起锅,将虾整齐地装入盆中,再淋上几滴香油即可。

响油鳝糊

原料:鳝丝、葱、姜、黄酒、酱油、白糖、白胡椒粉、麻油

1. 鳝丝洗净沥干,切成段备用
2. 锅上火加热,入油,油热后放入葱、蒜末、姜末和鳝丝煸炒出香味
3. 加黄酒、酱油、白糖、白胡椒粉翻炒均匀,加少量水盖上锅盖焖5分钟
4. 加入稠的生粉水勾芡,翻炒均匀
5. 将鳝丝淋上少许麻油后盛入盘中,在中间用勺压出一个小窝,将剩余部分的葱末、蒜末放入窝中,白胡椒粉撒在表面
6. 另取一锅,一半油一半麻油入锅烧至九成热,将油倒在葱末、蒜末和鳝丝上即可。

房浩 金旻矣 整理

主办单位:新民晚报社 上海朱家角古镇旅游发展有限公司 独家赞助:上海证大西镇置业发展有限公司

你想尝试月饼制作的乐趣吗?你有自己独特的“月饼配方”吗?你想制作只属于自己的月饼吗?你想赢取3000元现金大奖和各款丰富的奖品吗?……今年是新雅粤菜馆88周年诞辰,为了弘扬传统月饼文化,提倡健康美味的月饼理念,新雅粤菜馆和本报“好吃周刊”特别策划了上海滩首次全民月饼DIY大赛“民间月饼王,等你来PK”,现向全社会招募30名参赛者。

只要你有一双巧手,再加一点点巧心思,就可以上台参赛。大赛现场设播,现场比拼,现场发奖,只要入围,人人有奖。在甜甜的月饼香气中,在浓浓的团圆氛围中,快来和我们一起度过一个欢乐刺激的周末吧!

大赛名称>>>

民间月饼王 等你来PK

时间:2014年7月26日

赛制:由新雅粤菜馆提供月饼馅料基配,同时提供可选的辅料。各位选手自由搭配馅

料,自行包制月饼,制作独一无二的创意月饼。

赛程:小组赛+总决赛

小组赛:30名参赛选手分为6组,每组5人,比拼制作速度和形态完整,每组选出第一、第二名

总决赛:每组第一名参加,从制作速度、花色搭配和文化寓意三方面进行综合评分。最终决出一等奖1名,二等奖2名,三等奖2名

奖品>>>

一等奖(1名)3000元现金

二等奖(2名)价值2000元的新款家用烤箱各一台

三等奖(2名)新雅澳洲牛排礼盒+新雅

全家福家宴礼盒+500元新雅食品门店提货券(共计价值1100元)

优胜奖(5名,即每组第二名)价值500元的新雅食品提货券

入围奖(20名)价值328元的新雅全家福半制品家宴礼盒

此外,所有30位参与者都将获赠两盒新雅月饼(“新雅特制玫瑰细沙月饼礼盒”和“新雅特制上等五仁月饼礼盒”各一盒)

报名方式>>>

扫描右下角二维码,或搜索“新民好吃”,加为好吃君的粉丝。转发大赛招募预告页,并附带撰写一句“我与新雅的回亿”。将转发的

页面截屏,发送给“新民好吃”对话框即可。若入选,会有工作人员与您联系,请将真实姓名、联系电话、地址等详细信息告诉我们。同时,我们也欢迎读者现场观摩比赛。 金旻矣



新雅微信二维码



新民好吃微信二维码

民间月饼王 等你来PK

新雅粤菜馆和本报联合举办月饼DIY大赛,现发出招募令