好吃周刊

新民好吃微信订阅

本报专刊部主编 | 总第468期 | 2016年11月10日 星期四 总策划: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

▲ 秋冬时节,皖南山区油茶花、茶花、桂花、菊花竞相绽放,山乡似花海,花香迷醉人。蜂农们和他们的蜜蜂,翻山越岭、追花采蜜,用勤劳和汗水酿造着"甜蜜事业"。西溪南村素有"安徽养蜂第一乡"之称,近年来成立了蜂业协会和5家蜂业专业合作社,拥有省级龙头企业1家、省著名商标1个,总计养殖蜜蜂8万箱,年产蜂蜜近6000吨、蜂王浆400余吨,总产值约1.3亿元,不辞辛劳用小小蜜蜂酿出了甜蜜生活。 图/CFP 文/豆儿

红泥小炉

龙井虾仁(上)

文/西坡

苏州人喜欢吃虾仁,说出来的理由就像说书先生放噱头——虾仁,虾仁:欢迎,欢迎。用苏州话来念,果然!

苏州话是如此,用无锡话,用常州话,用上海话,用杭州话,用绍兴话,用宁波话……来念,差不多也是如此。

这,是不是江南人特别欢喜吃虾仁的理由呢?绝对不是。

北方内陆地区的人不喜欢吃虾也许是真的。水域面积不及南方大是一个理由,但最主要的还是吃虾比较麻烦。这样的麻烦,在江南一带,虽然不突出,也不是毫无芥蒂地乐于接受,毕竟,吃虾的过程要比吃一块红烧肉复杂得多。苏浙沪的人于是发明了专吃虾肉的菜肴——虾仁,以为这样既可品尝河鲜的美味,又可避免使自己陷入手忙口乱、铺陈"丢盔弃甲"成果的尴尬。

吃虾不吐壳,属于贵族作派,仿佛吃瓜子不用吐壳直接往嘴里灌瓜子仁一样,"吃瓜群众"不费吹灰之力地把自己提升为"吃瓜领导"了。

不得不承认,吃带壳的虾,本身就有相当的乐趣:咀须嚼壳,补磷增钙;吸髓吮汁,固精壮阳;剥头去尾,活筋动骨……更重要的是,吃带壳的虾,想象它应该在这之前是活蹦乱跳的,而虾仁呢?谁知道是僵尸还是冻品!

只是,揆诸一部人类饮食史,基本上就是一部人类进化史,一部人类文明史,一部人类偷懒史。在动物界,连皮带毛吃下去的,都是些比较低等的类型;一边吃一边剔出骨刺的,都是些比较高级的类型;取出核心成分,整合各种资源进行烹饪,使之最方便最全面最有效地被吸收和享用,那是只有最高级的人类才想得出、办得到。也就是说,食客能够普遍接受的,都是已经加工好的产品。人们把那种复杂的加工过程甩给别人运作,自己经手的则是成品或半成品的东西,称为某种意义上的"偷懒"。

"不满"是前进的原动力,"偷懒"则是文明的催产婆。一样是吃虾,把虾仁从鲜虾身上分离出来并且加工成菜,是一次重大革命。"革命"的冲动,出自于对要而不繁的体验的需求。

人类吃虾的历史,长到不能想象;至于究竟什么时候开始有了"虾仁",恐怕不易把握。

梁实秋先生以为,"说起炒虾仁,做得最好的是福建馆子,记得北平西长安街的忠信堂是北平唯一的有规模的闽菜馆,做出来的清炒虾仁不加任何配料,满满一盘虾仁,鲜明透亮,而且软中带脆。闽人善治海鲜当推独步。烩虾仁则是北平饭庄的拿手,馆子做不好。饭庄的酒席上四小碗,其中一定有烩虾仁,羼一点荸荠丁、勾芡,一切恰到好处。这一炒一烩,全是靠使油及火候,灶上的手艺一点也含糊不得。"

看仔细啰!梁先生在这里提到的是两种不同的虾仁做法——炒虾仁和烩虾仁。所谓炒,主要是指以油为主要导热体,将小型原料用中旺火在较短时间内加热成熟、调味成菜的一种烹调方法;所谓烩,主要是指将原料油炸或煮熟后改刀,放入锅内加辅料、调料、高汤烩制的方法。两者虽然都要经过"油炸",但程度不一,而且后期制作路数也不同。

值得一提,梁先生称赞"做得最好的是福建馆子",紧接着又补充说"闽人善治海鲜当推独步",令人推想闽人的"虾仁"乃是取自海虾。

可以肯定的是,我们要说到的龙井虾仁,是炒。不光龙井虾仁如此,著名的水晶虾仁也是,万变不离其宗:炒。

为什么要扯到水晶虾仁?因为水晶虾仁之于龙井虾仁,好比冰淇淋球,奶油冰淇淋是底子,冠以抹茶、青柠、咖啡、香草、蓝莓等名目,只是锦上添花而已。水晶虾仁,说穿了就是梁实秋先生描述到的"清炒虾仁",也许其中的差别,只在上浆和烹饪的方法。

一周一菜

干煎鲳鱼

文/李兴福

鲳鱼体呈卵圆形,浅灰色,头小,口小,眼吻短圆,牙细密,背隆凸,体背细小圆鳞易脱落。体背部青灰色,腹部银白色,内厚白,味鲜嫩,刺软少。

原料:银鲳鱼一条的1斤,葱50克,姜30克,植物油80–100克,精盐,生抽,鲜粉,料酒各适量。

制作方法:将鲳鱼洗净沥干水分,从头部批成瓦块形,6–7块,装入盒内放葱段,姜片,盐,料酒,生抽各适量调制腌渍入味约20分钟。将鲳鱼块拣出,炒锅上火烧热,用油滑锅倒出,锅烧热,放油60–80克,烧热时将鲳鱼分批下油锅煎,煎成两面金黄色表面硬取出,装盆内,放一些葱姜末。锅洗净,烧热放麻油20克,烧热淋在鲳鱼上面,跟上花椒即可上席。

特点:外脆酥香,肉嫩味鲜美,饮酒,下饭特别适合夏秋季节食用。

友情提示:如无大鲳鱼,可用100–150克一条的中小鲳鱼也可,用同样的烹制方法。在煎鱼时注意油的温度,油烧至7–8成热。

找得到虾的辣酱

筷子随意一挑,竟然真的找到了虾,很难想象,一款上海产的辣酱竟然在商超卖断货,这款"三添"牌虾辣酱将精选的湖南辣椒,加入贵州豆豉、东海小虾等上等优质食材,采用独特的加工工艺,酱体的营养更加丰富,口味更加清香、鲜美。目前上海调味品市场,除了这款外,还没有发现哪一款将小虾和豆豉放在一起的辣酱,虾辣酱竟然是款地道的上海独创新产品。

说起上海三添食品有限公司,老上海想到最多的就是享誉沪上50多年的"三添"牌芝麻油,荣获了"2014年度上海名牌产品"及其他众多称号。2010年"三添"牌更被国家商务部门授予"中华老字号"。三添牌芝麻油采用独创的"压滤法"还被列入了国家芝麻油新标准GB8233–2008。随着消费者的口感需要,三添食品以"一品为主多品经营"为企业的发展战略要求,陆续推出新产品,针对上海市场的特点,今年重点推出了这款"三添"牌虾辣酱,老品牌倾力调制,真的货真价值,看得到虾的虾辣酱。

目前上海的世纪联华、大润发、汇金百货、乐购、伍缘、良友平价等超市均有售,咨询热线:63168052。