

趣谈川菜的干烧(上)

文 / 徐正才



四川传统的干烧鱼:干烧岩鲤、干烧江团,榜上有名。岩鲤是溪鱼的一种,江团是长江上游的鲟鱼。老法的川厨烧鱼,大多采用“炸烧”,鱼炸得较透,水加得蛮多,前面提到的“向派”烧菜,水放得也是比较,鱼上火后竟过“念头”去了,有的也会来上一段:“我本是卧龙岗……”的京戏。烧出来的鱼,香味确实很足,比之“鱼米之乡”的断生即嫩,嫩而具鲜,远不如。上海的老本帮烧肚当、划水等名菜有“鱼炒”的口头语,视烧为炒,不是错用烹调方法,说明成肴快速的拿手好戏。“下江”的川厨,因地制宜的应变能力奇强,尤其是“扬帮”厨师的加盟,鱼烧得起来越上品。现代内地的川厨,由于多年来全国的大交流,烧鱼的技能也越来越高了,花椒鱼、沸腾鱼、酸菜鱼风靡全国就是最好的见证。

传统的干烧鱼和家常鱼、豆瓣

鱼大同小异,干烧鱼以干著称,用猪肉小丁和姜棵、蒜棵、葱节、泡椒粒,为“小料”,加郫县豆瓣酱、料酒、酱油、少许白糖、味精,烧成“自来芡”,便成。家常鱼的特点:辅料经济实惠又有风味,有肥瘦肉片、青红辣椒、木耳和玉兰笋片等烧成鲜辣味;著名的豆瓣鲫鱼即以郫县豆瓣酱的豆瓣烹调,佐酒下饭皆宜,深受川人喜爱的地方特色。“海派”的干烧鱼多了一味酒酿。其实老法烧鱼也有用“醪糟”的,米粒是象征性的,汁多米少,和酒酿烧鱼完全是二码事。继“向派”干烧鲫鱼问世后,干烧鱼的风味系列名菜多之又多,如:干烧回鱼、干烧桂鱼、干烧塘鲤鱼、干烧黄鱼、干烧划水、干烧肚当、干烧大鱼头、干烧头尾、干烧带鱼、干烧鲳鱼、干烧石斑鱼、干烧银鲑鱼、干烧怀胎鲫鱼等。反正什么鱼都可以烧,什么鱼时髦烧什么鱼。涌现流派的同时,正宗论,曾闹

得满城风雨。放肉末和不放肉末,也有正宗和海派。真是笑话百出,或许当年的我已经处于“小老大”的地位,老老少少要我定论见解。我总是安慰性地和他们说,放与不放都是正宗,本身就是上海地区的产物嘛。何言正宗?酒酿的使用也有文章可做,人称“老么”的何其坤誉称“一龙二凤”(何其坤,杨平章,冯文宪)的“龙头”老大。他制作干烧鱼,先将酒酿用油炒干,起锅前放一点“收汁”为“何派”;“二凤”之一的冯文宪用纱布将酒酿挤干,去汁留米加以烹调;我师傅沈子芳传于我的制法,米汁并用一气呵成加以烹制。这里不想对前辈师长枉加评论,按个人的经验而言,酒酿名曰甜酒酿,通过加热,转甜为醇香,就不那么甜了,老法烧川菜谁的糖用的少,谁就是正宗,结果弄得有些厨师害怕用糖,其实干烧菜肴加了酒酿,还需加少许糖,这也是“鼎中之变”

的奥妙之处。

由于烧鱼派生出来的干烧明虾,可谓“海派”川菜代表作之一。辣和不辣的正宗论延续至今形成两大流派,屈指算来也有“三代四辈”了。当年的“四大流派”(即:向春华,廖海澄,何其林,颜承麟)也是按各自的见解,大多按干烧鱼同样烧法,有用辣烹制的,也有加泡椒同烧的,相继的“四小流派”(即:朱根贤,陈桂芳,何其坤,尹阿大)和后来的“一龙二凤”时代,业内曾将此菜摆在“龙门阵”的台面上进行探讨。“何派”认为:明虾鲜嫩,烧辣太可惜;“二凤”之首的杨平章坚持:不放辣列为川菜说不过去。这时正巧京帮冒出了红油明虾,其红油概念如何,不得而知。烹制明虾的油本身就红得发紫,这就为正宗论的“辣派”,提供了正名的依据。这里要讲的是干烧明虾辣和不辣,都要在“清鲜”里做文章,“醇浓”里下功夫,二者都是“清鲜醇浓”,特点名闻食坛。胡椒面运用得当,和青白各半的葱香分档使用,是烧好干烧明虾的关键所在。

干烧排翅是鱼翅菜肴中档次最高的名肴,烹制此肴除了用上好佳汤,“文火细烧”,还要附加老母鸡肉、草鸭肉、干贝、火腿等原料“陪烧”。何谓“陪烧”?就是烧是同时烧,烧成后就不用了,厨师享受的同时身价倍增。干烧排翅是高档宴席中的“主菜”,业称“头菜”。此菜上席可以镶几棵小菜心并附“二汤”如:鸡丝鲍鱼汤同时上席,以利清口。老法烧干烧排翅,尽管汤汁浓稠到极点,还是要“淋芡收汁”,以利“亮油”。人称“老么”的何其坤以纱布包翅,汤中煨翅,扒汁上席,深受黄金荣偏爱。他的传人陈德奎师傅到中南海烧鱼翅以清汤烹制,成为佳传。现今不提倡食用鱼翅,人造鱼翅满天飞,下面还要谈到的干烧细粉,指风味而言,称为“赛鱼翅”并不为过。

糖果会不会让小孩发胖?



问:咕咕博士,您好!我的小孩已经上小学一年级了。他非常非常喜欢吃糖果,几乎每天都要吃好几粒。先生宠他,就说:小孩子总是爱吃点糖的。没关系。

我担心的除了蛀牙,还想请问吃糖会不会造成小孩发胖?

读者 小林

答:糖果主要是以白砂糖、淀粉糖浆、乳制品等为主要原料生产的具有一定口味的制品,部分产品可能会加入一些可可粉、巧克力等原料。糖果制品一般都会加入一定量的食用香精、食用色素等物质,起到增香增味的作用。

糖果产品根据其加工工艺有多种特性,如香浓的牛奶糖、水果香味的硬糖、耐咀嚼的口香糖等,因此,糖果产品中主要含有脂肪、糖

类、蛋白质、纤维素、无机盐、水和维生素等营养素,适当食用可以补充人体所需营养物质,是一种传统的休闲食品。

糖果中的糖类主要在人体中转化为碳水化合物,因此糖果也是一种能量补充食品,而糖果中的脂肪主要以乳脂肪为主,也是人体容易接收的营养元素。小孩子吃糖果主要是被糖果的外观或口味所吸引,加上糖能满足小孩的咀嚼需要,糖果成了小朋友的最爱,适当食用对身体无害。年轻妈妈不必太过担心,糖果的能量主要是碳水化合物,因此对孩子的身体肥胖作用有限,只要合理膳食,不会造成孩子的肥胖。

但是糖果属于甜的物质,容易造成龋齿,因此小孩在食用糖果时要注意控制食用量,记住在食用糖果后喝水漱口。特别是口香糖类产品孩子要谨慎,因长时间咀嚼会造成小孩食欲下降、产生厌食,这是特别要注意的。

雨前西湖龙井 好喝又实惠



雨前西湖龙井,即谷雨(今年是4月20日)前采制的用细嫩芽尖制成的西湖龙井茶,虽不及明前茶那么细嫩,但好在气温高,芽叶生长较快,积累的内含物较丰富,滋味鲜浓而耐泡,且

价格实惠,普通市民日常可以多品尝。

“黄隆泰”是一家创始于1918年的茶叶老字号品牌,尤以经销西湖龙井闻名上海茶界。其销售的西湖龙井集中产于西湖风景区的狮峰山、梅家坞等地,优越的自然条件和优良品种为其优良品质的形成提供了良好的先天条件。市场上有用浙江绿茶冒充西湖龙井,茶客请仔细辨别。

选老字号,就是为了保证喝到正宗的西湖龙井茶。

黄隆泰推出的西湖龙井,从产地直接采摘,按照国家标准挑选评鉴,均为特级(西湖龙井并有特级、一至五之分),有原产地地域保护标志和QS标志。

为了读者和茶客喝到放心又实惠的西湖龙井,黄隆泰特推出2012年特级雨前西湖龙井(150克),原价380元,活动优惠价320元,礼盒装(随盒附送瓷瓶两只),限量80套,订购电话:13916501360。另有少量明前西湖龙井,欢迎垂询。



婚宴的新去处:霖——上海味道!

看到红色的玫瑰花,餐台上的玫瑰花艺非常精致。会场里还布置了一个大舞台,以星光大道的概念设计了一条犹如镜面的银色通道,长约30米。中途用翠绿的柳枝和水晶搭成了一个拱形门,代表新人跨过这个门就要开始新的生活。随着音符跳动,营造出美轮美奂般的梦幻效果,让每一位来宾都为之动容,羡慕不已。霖——上海味道推出仅2888元(10人)一套的玫瑰宝石宴,其中包含龙凤八味碟,热菜花样丰富,量多味美,最后的那盘点心酸酸甜甜,在场的宾客都留下了深刻印象。另外婚宴配套奉送:每桌1瓶红酒、1瓶可乐、1瓶雪碧,香饼塔、签到台、签到本、席位卡、红地毯、婚宴化妆间、无线麦克风、音响系统,面面俱到。如果您想有更多的选择,餐厅另设3888元(10人)吉日辰龙龙凤宴。

凭本报预订霖——上海味道婚宴,消费满26000元以上,即可免费提供总价值500元的婚宴蛋糕、高档饮料;消费满36000元以上,即可免费提供简单婚宴布置和音响设备,以及总价值500元的婚宴蛋糕、高档饮料。还可提供与专业婚庆公司的合作联系,包括司仪等相关服务。

霖——上海味道各门店地址

真华路巴黎春天店 Tel:36530682
宝山区真华路888号巴黎春天B1

浦建路巴黎春天店 Tel:51925570
(可办婚宴15桌) 浦东塘桥浦建路118号巴黎春天3楼

浦东联洋广场店 Tel:61637028
浦东新区芳甸路300号联洋广场B座2楼(可办婚宴20桌)

莘庄仲盛世界广场店 Tel:34633544
闵行区都市路5001号4楼(可办婚宴20桌)

闵行龙之梦店 Tel:34677928
闵行区沪闵路6088号B1楼(可办婚宴35桌)

虹口龙之梦店 Tel:56325152
西江湾路388号六层A座06-05(可办婚宴30桌)

周末参加朋友婚宴,新人并没有选择高档五星酒店的奢华,反倒实惠地挑了一家本帮菜连锁餐厅:霖——上海味道。结婚如果这样办,得体又大方,这样的选择真不错!与其为酒店六七千元一桌的高预算而伤脑筋,不如选择这家实惠又用心的霖——上海味道,同样享受视觉与味觉的盛宴。上海婚庆市场物价高涨,随便挑选一家5星级酒店,这一桌的餐饮费少说也要6000元的起价,还得另算15%的服务费,久而久之大家深谙星级酒店吃的不过是环境和档次。的确,二三千元一桌宴席的标准却能吃到比星级酒店丰盛好多的佳肴,还不失宽敞气派的环境,更多的理性年轻人选择在知名饭店举办婚礼,这一现象已悄然在上海走俏起来。

周末朋友的婚礼就选择位于虹口龙之梦6楼的霖——上海味道,宽敞明亮,分外温馨的格局和别致的色调,上千平方米的高挑大厅,在上海可不多见,悄然提高了一个档次。商场坐落于上海虹口核心区,轨道交通8号线和3号线都可直达商场,周边内环高架四通八达,大型地下停车场方便自驾车的宾客,地理位置可谓得天独厚。

这里优雅舒适的环境适合举办各种主题式婚礼,婚宴酒席可同时容纳30桌,一眼望去,主色调为喜庆的中国红,搭配华丽水晶做装饰,是现代感与优雅感的完美结合。因为新娘非常喜欢玫瑰,所以随处可以