

好吃周刊

B15
雪菜大黄鱼

B16
积石山下的保安族食俗



本报副刊部主编 | 总第 379 期 | 2014 年 12 月 25 日 星期四 主编:龚建星 责任编辑:徐婉青 视觉设计:窦云阳 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn



24日英国雷德迪奇联Duck Inn餐厅推出了全世界最丰盛的圣诞节大餐,破了吉尼斯世界纪录,这份巨无霸圣诞晚餐拥有6000卡路里,里面包含:一只烤火鸡、25只烤马铃薯、25根防风草根、25根蜂蜜烤胡萝卜、25份甘蓝、25份西兰花和花椰菜,以及大量的肉汁和蔓越莓酱。售价35英镑,有9.6公斤重。

文/豆儿 图/C

红泥小炉

猪油点滴(下)

猪油已然退出我们的厨房,但是,它完全退出我们的餐桌了吗?这个问题,我们暂且放一放。

据我所知,中国仍然是猪油的生产大国。奇怪!大家都不吃猪油,那它到哪里去了?至少有一半出口。难道外国人,尤其是西方人,对猪油就那么有兴趣?比较有力的证据是,西方人在西点里大量地用到猪油。不仅如此,有的西人习惯于把猪油像牛油一样涂抹在面包上吃。不用惊讶,牛油是牛的油,猪油是猪的油,牛油未必比猪油高明多少,怎么能抹在面包上吃?

一般制作酥皮类点心,都要启用猪油,比如叉烧酥、蛋挞等等。

中国点心在猪油的运用上,视野宽广,得心应手,只是你不知道或不敏感罢了。

平时,我们吃年糕,常常要提到“猪油年糕”。是的,不掺猪油的年糕,是不香的。所谓糖年糕,大抵就是猪油年糕的另一种说法。清人沈藻采编撰的《元和唯亭志》里,专门提到“猪油糕”,其洁白晶莹,糯软润湿,油而不腻,故称其为“吴门佳制”。这种猪油糕的配伍,糯米粉、砂糖和熟猪油为1:1:0.5,可见猪油在里头所占分量不轻。酒酿饼(和流行于甬帮馆子、很有特色的酒酿饼完全不同)是很受欢迎的点心,它的馅料由板油去膜、切粒与砂糖混合,热吃的话,一股猪油的浓香喷薄而出,令人陶醉。



以“猪油”两字作为前缀的小吃,顶有名的要数宁波猪油汤团。其历史颇为悠久,宋元时代就有记载。水磨糯米粉、黑芝麻屑、绵白糖这些原材料是最直观的,只是,倘若没有猪油的参与,它就不配叫宁波汤团。我做过宁波猪油汤团,对于制作过程了然于心,认为其中最为关键的部分就是猪油。这是一个繁重的工作,把板油撕成一条条的,然后揪扯揉捏,使其变成油泥,又似棉絮。许多人之所以最终放弃自己制作,转从超市购买宁波汤团,几乎全因这道工序的艰难实在令人无法忍受和坚持。然而,宁波猪油汤团的美妙之处,就在于此。

人见人爱的葱油饼,假使不放猪油看看,我敢说它的受欢迎程度一定大打折扣。

现在,各色甜品店里少不了芋泥,有的弄得很烫,香气十足,这里边猪油功不可没:烫和香,均和猪油有极为紧密的联系。

猪油拌饭总是让人难忘。在台湾,猪油拌饭是曾经不富裕家庭的最爱;同样,在香港,猪油捞饭,曾经也是很有号召力的美食,如今锋头仍健,新界的大荣华酒楼所产猪油捞饭,成了招牌,堪比鱼翅捞饭,许多食客近悦远来,一“膏”馋吻。从前上海福州路上有家专门吃菜饭的餐馆,所谓菜饭,实际上标准的叫法是“猪油菜饭”。喜好菜饭的人吃不出猪油的味道,一定大光其火,深表遗憾。

很难想象,古人吃猪油饭也是非常生猛的。《礼记·内则》曰:“淳熬,煎醢加于陆稻上,沃之以膏,曰淳熬。”孔颖达为之疏:“淳熬者,是八珍之内,一珍之膳名也。淳,沃也,则沃之以膏是也。熬,谓煎也,则煎醢是也。陆稻者,谓陆地之稻也。谓以陆地稻米,熟之为饭,煎醢使熬,加于饭上,恐其味薄,更沃之以膏,使味相湛渍,曰淳熬。”意思是,煸炒好肉糜,把它铺在烧熟的米饭上;为了使这碗饭更加滋润,往上

面浇几勺猪油,那就更加美味了。这碗饭,在战国时期,就是专门供天子享用的著名的“八珍”之一。

真是了不得!

苏州人吃得比较清淡。不过,老派的苏州人烧那里的特产——香青菜,一定要放猪油并哗哗地翻炒,时蔬的清香和猪油的芳香混在一起,极其诱人。其实,上海人何尝不是这样?从前塌菜上市,家里大人炒一碗碧绿生青的塌菜,也是多半要用猪油的,这样炒出来的菜,油汪汪的,显得生气勃勃,有一种新鲜蔬菜的“精气神”。食者见之,胃口大开,没等开席,忍不住先来一筷为快。

假如不健忘的话,上点岁数的中老年朋友逢年过节总做过蛋饺吧。对啊,做蛋饺需要备一块纯肥肉,每下一次蛋液前,得用肥肉将煎勺搽一遍,其意:一是避免黏底,二是增强蛋饺油性,更重要的,我以为还在添加食物的香味。

据唐鲁孙先生说:以前,“北京最负盛名的山东馆是东兴楼……灶头上大盆小碗调味料罗列面前,举手可得。最妙的是,仅仅猪油一项就有四五盆之多,不但要分出老嫩,而且新旧有别,什么菜应用老油,什么菜应用嫩油,何者宜用陈脂,何者宜用新膏,或者先老后嫩,或者陈底加新,神而明之,存乎一心,熟能生巧,仿佛在油上功夫运用到家,才能获得调羹之妙。”

此话决非虚言。以上海人爱吃的生炒鳝丝为例,若用豆油、菜油或橄榄油等煸炒,口味肯定不够“劲道”,高明的厨师一般先把鳝丝过一下猪油,爆炒,然后进入豆油或素油翻炒环节,最后还得加点香油。

原先我以为这是江南一带的做法,看梁实秋先生的描述,才知道北方餐馆于此也不含糊:“河南馆作鳝鱼,我最欣赏的是生炒鳝鱼丝。鳝鱼切丝,一两寸长,猪油旺火爆炒,加进少许茺荑,加盐,不须其他任何配料。这样炒出来的鳝鱼,肉是白的,微有脆意,极可口,不失鳝鱼本味。”可见英雄所见略同。要好吃,用好猪油是关键。

可是,我跟太太一提起猪油,她说“心里就翻”。无他,也许是我们告别猪油太久了!

文/ 李兴福

周一菜

旱蒸鲢鱼头

原料:鲢鱼头一只 750 - 800克,水发香菇2-3只,瘦火腿肉50克,笋片30-40克,肥膘50克,葱葱50克,姜50克。调料:料酒50克,麻油20克,精盐、鲜粉、胡椒粉各适量,米醋50克。

制作方法:花鲢鱼头带一寸长的鱼肉750-800克,刮去鳞洗净,将鱼头一批两月,去掉鱼鳃,放进开水锅内煮2-3分钟捞出放冷水冲洗净,沥干生水装在大深圆盆内。用刀在鱼背上划两刀。香菇洗净,每只香菇批三片,笋煮熟批二寸长八分宽一分厚片,5-6片,火腿肉批成一寸半长六分宽一分厚的片,7-8片,肥膘批薄片,葱姜洗净,一半切成细末装在小碗内待用。将笋片、香菇片、火腿片分别排在鱼头上面,肥膘排配料上面,加料酒、盐、鲜粉、胡椒粉、姜切片、葱等放鱼头最上面,用保鲜纸封盆口,上笼用旺火蒸40-50分钟。小碗内葱姜配上醋,鲜粉适量,盐,麻油调成毛姜醋料。鱼头蒸透取出,打开保鲜纸,去葱姜和肥膘即成上席,跟毛姜醋料同上。

特点:汤汁清白,质地滑嫩鲜美、清口,蘸着毛姜醋同食用,胜过大闸蟹鲜味。这属于何派川菜板块。

友情提示:上笼蒸鲢鱼头一定要掌握火候,火头一定要大,蒸锅内水要加足。如回蒸影响菜肴质地。在鱼眼睛周围用刀根捶一刀,容易蒸透。因这鱼头肉很厚。如你买一条鲢鱼多,余下的鱼肉可切块红烧、干烧,鱼片、鱼丁滑炒,也可炸鱼排、鱼条等。一条3-4斤的鲢鱼可做一桌鱼宴菜肴。



申泰牌有机五常大米上市啦！

10斤装98元,5斤装60元,按有机标准种植的10斤装85元,20斤装155元,另有更经济实惠的同品种按照常规种植的五常大米供应。从种植到餐桌,减去了任何中间环节。只需您一个电话(021)52801507。苏浙沪10斤起免运费送货上门。