



铁板烧是味觉与视觉美妙结合的尊贵美食享受,它改变了传统烹饪形式,以铁板为舞台,刀铲为道具,所有的食材原料在您眼前现场烹制,刀铲翻飞间,烹调出鲜活口味的美食,给您贵族式的餐饮享受。

铁板起舞 炙热鲜活

□李伟



铁板烧的神奇之处在于,一块铁板,煎炒烹炸无一不能;厨房完全开放,食客与厨师面对面,食材当着客人的面现做;用料绝不敢马虎,偶尔厨师还会来个“飞刀”表演,乐趣多多。待铁板大厨将铁板上的种种食材变成道道美食时,酒杯交错,尽情享受铁板美食的多姿多彩吧。

神奇铁板 源远流长

●源自西班牙

相传,铁板烧是西班牙人发明的。在十五六世纪,西班牙的航运发达,经常扬帆遨游于世界各地。由于海上生活枯燥乏味,船员只好终日以钓鱼取乐,钓到鱼之后再将其放在铁板上炙烤得皮香肉熟后食用。后来,这种烹调法由西班牙人传到美洲大陆墨西哥及美国加州等地,直到二十世纪初传入日本,经改良成为名噪一时的日式铁板烧。

●在日本传承

铁板烧在日本十分流行,日式铁板烧较之传统的日本料理,要高出一个档次。请客吃它是不低的礼遇。原因在于铁板烧会选用最上乘的材料,例如新鲜的海鲜,包括龙虾、带子、鲍鱼等。同时材料在制作之前不经过腌制,只在烧烤过程中加入盐、胡椒两种调味品,品的是食物的原汁原味。

●有三类食材

铁板烧通常选用高级、新鲜的食材,主要分为海鲜:如龙虾、大虾、带子、鲍鱼等;肉类:如日本本土出产的和牛、鸡肉;蔬菜:如菌类,甚至豆腐等;一些餐厅则提供如金针菇或剥皮辣椒牛肉卷等食材。

花样烧法 鲜活美味

●花式铁板烧

花式铁板烧采各派铁板烧之长,将传统日式铁板烧创新为法式铁板烧。餐厅将法式大餐的厨房搬到铁板上,厨师铁铲的挥舞下,所有东西从活蹦乱跳到美味可口;从切、配、盛盘、装饰及一切法式烹饪技艺,都展现在您的面前;上菜程序也是法式大餐的格调,开胃酒、开胃菜、汤、主菜、甜点、水果等。

●法式铁板烧

铁板烧在台湾经过30年的发展改良,衍生出一种新的法式铁板烧。在这种特殊的料理方式中,主厨扮演着厨师、服务员、讲解员的多重角色,让贵宾可以从头至尾与主厨近距离交流,在感受火焰的热情与甜蜜的同时,享受着专属您口味的美食。现场亦备有适合搭配美食的红、白葡萄酒及各式饮品,依照贵宾不同的需求提供专业的搭配方式,让用餐气氛达到最完美的境界。

●日式铁板烧

日式铁板烧是日本料理中最高级别的就餐形式,它

不同于中餐的烧烤和韩国烧烤,吃日式铁板烧是财富和地位的象征。日式铁板烧食材事先不能腌制加工,而是通过高热的铁板快速烹调成熟,以保留其本身的营养和味道。由于食材事先不能腌制加工,所以它对原材料的要求是相当高的,比如西冷牛肉、菲力牛肉、牛仔骨、银鳕鱼、带子、鹅肝等等。

●北京铁板烧

相对于原版日式铁板烧,北京铁板烧主要做了两方面改良。一方面是食材的改变。日式铁板烧非高档原料不做,而北京铁板烧将很多中餐食材也搬到铁板上烹调。如鸡翅、鸡肉、羔羊肉、肥牛肉等等,蔬菜类如芦笋、白灵菇、鸡腿菇、青椒等。海鲜类如扇贝、青口贝、凤尾虾、明虾、鱿鱼圈等。主食米饭、炒面等都可以在铁板上炒制。

另一方面是口味的改变。日式铁板烧强调原料的本味,最多搭配黄油、胡椒粉、少量酱油来烹调食材,而北京铁板烧的师傅将美极鲜味汁、豉油汁、海鲜酱油、白兰地等多味调料用于铁板烧食材中,口味更丰富。

料理艺术 身边诱惑

▶金钱豹法式铁板烧

人均:300—500元。特别推出288元特惠套餐,并同时享用百汇九大餐区所有美食。

地址:趵突泉北路1号开元广场二楼

推荐菜:澳洲极品和牛A5、法式煎鹅肝AF、青酱比目鱼柳佐鱼子酱、低脂沙拉酱等。

▶贵和皇冠酒店店内铁板烧

人均:400元

地址:天地坛街3号

推荐菜:主力澳洲带子、神户牛肉、澳洲龙虾。

▶东京都铁板烧

人均:200元

地址:解放路134号山东国际饭店1楼(近中心医院)

推荐菜:银鳕鱼、菲力牛排、茄汁大虾。

▶三木铁板烧

人均:200元

地址:明湖路260号(大明湖西南门东侧)

推荐菜:法式鹅肝、烤虾、凤尾虾、烤鳕鱼、鹅肝。

▶富田唐风铁板烧

人均:128元、158元

地址:马鞍山路52-5号(近体育中心)

推荐菜:铁板鳕鱼、寿司、生鱼片。

▶滇香上品堂铁板烧

人均:30元

地址:浆水泉路武警医院北200米

推荐菜:铁板脱衣茄子、火焰红薯、铁板鱿鱼、纸包菜、蛋包饭。



栏目电话: 85196498

每周三前,将您制作的美食、菜品的用料、做法、特点及您的照片、所制作的美食图片;您知道的、去过的特色美食餐饮店的推荐信息及您的姓名、性别、职业、电话以文字方式发送至jislw007@sina.com邮箱或发送QQ:296519079与大家一起分享!

栏目电话: 0531-85196498

✦啤酒烩牛肉

原料:牛腿肉800克、啤酒1瓶半、葱头100克、面包75克、煮土豆500克。

调料:食油100克、香叶1片、精盐、胡椒粉适量。

做法:将牛肉洗净切成10片,用肉拍子拍薄抹上少许盐、胡椒粉;把葱头洗净切丝,用水将面包浸透后碾碎备用。把锅烧热后倒入食油,待油温5成时,放入牛肉片煎至上色,取出放入焖锅内。余油将葱头丝炒至黄色,盛入焖锅内,倒入1/2的啤酒用文火焖熟后,加入精盐调好口味,然后倒入其余啤酒、碎面包煮至微沸即可食用。

特点:酒味香浓,鲜美适口。



✦咖喱鸡翅

原料:鸡翅中或翅尖、土豆、葱头、鲜香菇、青椒(或尖椒)

调料:食油50克、咖喱粉、盐、水、淀粉(或咖喱卤)

做法:将鸡翅中或翅尖用开水焯三五分钟备用;土豆、葱头、鲜香菇、青椒切片备用;热锅凉油入咖喱粉适量,出咖喱香后稍沉一会儿顺序入葱头、香菇、土豆、鸡翅、青椒……根据个人口味放水放调料,咕嘟到土豆熟了,入水淀粉,(或超市里有包装现成的咖喱卤。辣、微辣、甜味的都有,做时都不用放淀粉)起锅。

特点:鸡翅鲜嫩,咖喱浓郁。



美食达人: 苏秋平 职业: 公司会计

圣元特殊配方奶粉再发力 11款新品全面上市

近年来,随着经济的发展,婴幼儿的营养和健康越来越得到高度的重视,但由于抚养方式、免疫力、过敏问题以及孕期营养等因素的影响,导致婴幼儿在喂养方面的问题越来越多。基于此,针对有特殊需求的孩子,例如早产儿和先天性代谢疾病患儿的特殊营养的研究,正成为各奶粉企业发力的重点。

婴幼儿特殊配方奶粉就是在此基础上,为解决儿童过敏、乳糖不耐受、营养元素缺乏等问题,为满足特殊人群对营养的定制化需求而推出的配方奶粉。中国乳制品工业协会理事长宋昆冈表示,特殊配方奶粉配方特殊,原料质量要求高,卫生指标要求严格,加工难度大,而且售价又不能太高,还必须进行严格的标准和配方审查等完成这些工作都需要有巨额的投入。因此,从一定程度上来说,乳企发力特殊配方奶粉考验的是一

个企业从研发、原料、医学、质控等的多个层面,是企业综合实力的有力体现。

在国产奶粉市场一直坚持产品创新和研发的圣元营养食品有限公司,在特殊配方奶粉市场也持续发力。日前,笔者从有关渠道获悉,圣元针对婴幼儿溢奶、营养元素缺乏等症候研发的特殊配方奶粉新品,将于近日全面入市。

据悉,圣元此次推出的婴幼儿特殊配方奶粉共计2款,包括防溢奶配方奶粉和抗饿配方奶粉。另外,圣元还推出分别针对婴儿、较大婴儿和幼儿三个阶段,满足钙、铁、锌三个段位不同需求的配方奶粉共计9款。

圣元从成立之初就高度重视特殊群体对配方奶粉的个性化需求,积极拓展产品的持续研发能力,并先后投入巨资打造高端母婴营养研究机构。经过多年潜心研究,圣元将其研究成果积极应用于婴幼儿营养产品研发生产

的同时,针对特殊病理或生理体质的婴幼儿人群的特殊婴幼儿配方奶粉研发也是硕果累累。

笔者了解到,圣元在前期推出防溢奶配方奶粉和抗饿配方奶粉的基础上,下一步,针对早产、低出生体重婴儿配方奶粉、腹泻期婴儿配方奶粉、乳蛋白部分水解婴儿配方奶粉等特殊配方奶粉也将适时推出。据透露,圣元着重研发的婴幼儿特殊配方奶粉有40余款之众,就特殊配方奶粉产品的品类和品种而言,圣元的特殊配方奶粉无疑是国内乳品行业首创。

此前,圣元着力打造“我的天使”奶粉定制服务,开创行业先河。有专家因此认为,此次圣元特殊配方奶粉的适时上市,进一步表明圣元所开展的定制奶粉模式正逐步受到市场的认可。随着人们对健康要求的升级和奶粉需求的日益个性化趋向,特殊配方奶粉的市场前景非常乐观。