◓美食人物志

俺18年开面馆的滋味

访“禾七老西刀削面”当家人李宏泰

专刊记者 王梓蓉

小作坊做成大酒店,将近20年在烟台的打拼中是啥滋味?近日,记者采访烟台“禾七老西刀削面”的当家人李宏泰,听他讲一讲从1994年来烟台后,是如何经营刀削面这个品牌的?

“我们拿顾客就当自家的亲戚看待,我能做给客人吃的自己也能吃。”眼前这位敦厚的山西人就是“禾七老西刀削面”的掌柜李宏泰,一位朴实好心的老板。从1994年独身一人怀揣着1500元钱来到烟台这座陌生的城市闯荡开始,他就下定了决心要在这座城市留下点什么。伴随着自己坚定的毅力和信念,从一个8平方米的小店扩展到拥有两个100多平方米的刀削面馆,当时还有人嘲笑他,一个做面馆的想做大品牌怎么可能?李宏泰不管别人的嘲讽和刺激,花费6年时间注册一个商标,员工从2人增加到35人,这一切都证明了他的能力和毅力。

☞做强是必然选择

当问到李宏泰是怎样把一个8平方米的小店做大时,他这样说:“17年来,我一直把做强当成座右铭。当然我不是反对做大。你做强了,规模自然会变大。”李宏泰的态度也印证了他这么多年来的付出和努力,在8平方米的小店做了快6年的时间,客人太多需求太大,2000年,他把周围三家店面全部包揽过来,应市场需求李宏泰扩出一间60平方米的店,每天来店里吃面的客人越来越多,2001年他又租售了位于南洪街180平方米的大店,门店的不断扩大,李宏泰并没有自喜。

李宏泰说:“在条件具备的时候,该做大必须还是要做大。但是唯一不变的是面的品质和质量。”这么多年来,李宏泰凭良心卖面,在业界是非常有信誉的。在“禾七老西刀削面”,每一份面品都是由李宏泰亲自把关完成的:选择优质花生油、新烟面粉、山西陈醋、欣和面酱等等,他认为选用大品牌子调味品是“禾七老西刀削面”的特色,也是他们一直所遵循的原则。

☞形成品牌再做规模

开餐馆首先要形成品牌,具备实力和较硬的产品,其次才是做规模,利用直营店和加盟连锁扩大市场。

李宏泰始终坚持一个观点那就是:“发展一个,成功一个,提升一个。”在烟台闯荡这么久,李宏泰看到了很多倒闭停业的饭馆、餐厅用他的话说:“我身边的老乡创业不成功倒闭的至少有100多家了,因店面经营不下才倒闭的事例在我身边很多。”也可能是受周围老乡的影响,就更坚定了李宏泰的信念,从1994年在烟台开店来,李宏泰始终坚持用品牌调味品,拒绝低品质调味料是他始终坚持的原则。

他想对和他一样来烟创业的兄弟们说:“做一件事情先从小做起,慢慢做起来了要坚持住,店里遇到困难要勇敢的面对解决,做任何事情是要有一个坚定不移的心态,久而久之一定会成功。”

☞用人性化管理留人

李宏泰说:“店里的员工从原来的2人增加到现在的35人,几乎一大半都是山西老家人,我看待他们拿自己的亲戚一样看待,他们住的要和温暖,吃的好要,平日里员工家里有困难我都要参与……这样一个人在外地他们才不会想家。”“禾七老西刀削面”员工小白说的一件事儿让记者吃惊,他说:“前段时间我们老板还给我们员工宿舍进行装修,还给我们安装上电视、电脑、热水器、电暖气、供暖。天冷了,我们过冬需要的东西,老板都为俺想到了。”

◓冬季养生菜

女性冬季补气血重食疗

冬天的主气是寒,寒性凝滞会使血液循环不畅,同时寒邪易伤阳气,人体没有阳气温煦,气血循环不足,就会带来一系列的不适反应。通常而言,阳虚、血虚和气虚的人会有比较明显的感觉。但从防病角度来看,男女老少都可能因血液循环减弱受到影响,像频繁感冒、月经不调、胃胀胃痛、心脑血管疾病发作等。所以饮食养血活血是适宜大众的冬季养生之道。

气温很低时,人们最先感到的就是手脚冰冷。这个现象很好理解,天气冷了,人体血管收缩,血液回流能力减弱,就会使得手脚特别是指尖部分血液循环不畅,对此大家都不会很在意。但是,看问题光看表面还不行,除了手脚冰冷,还有很多问题会因血液循环不畅产生,切莫忽视了其中的隐忧。

中医认为“气为血之帅,血为气之母,气能生血,血能载气,二者不能分开”。气血不畅者本来身体就虚弱,再加上冬季“寒邪”伤及阳气,身体的抵抗力变低,寒邪从肌表侵入,就容易引起感冒,尤以儿童老人多见。此外,寒性凝滞,易致气滞血瘀,经脉不通,身体器官得不到血液的营养,疼痛则随之而来。如女性痛经及经期延长,脾胃虚弱者胃痛胃胀,以及心脑血管患者突发胸闷、胸痛、头晕、心梗、中风等,都与此相关,但常常被人所忽视。

众所周知,羊肉能大补气血,而且温中散寒,补而不燥,是冬季大补气血的最佳食物。以下养血汤方可供参考(应该强调的是,凡阴虚火旺,体质偏热者不宜服用)———

★当归生姜羊肉汤

用料:羊肉500克、当归30克、生姜50克。羊肉用清水洗净后再用生姜爆炒,当归则以纱布包裹,再与爆炒好的羊肉一起煮汤。此汤特别适宜气血亏虚、大病久病及产后的女性食用,对改善痛经、月经不调也有显著效果。

★高丽参田七炖猪蹄掌

用料:高丽参15克、田七10克、猪蹄掌(也可换成鸡或瘦肉)50克。隔水炖一小时。此汤有补气、活血、通络的功效,适用于高脂血症、高血压、糖尿病、冠心病及骨关节炎患者。

★阿胶蜜枣炖鸡

用料:阿胶15克、蜜枣1个、鸡肉50克。隔水炖一小时。此汤有补血养血安神的功效,适用于气血虚弱、头晕、失眠、胃痛者食用,男女均宜。

★党参杞子红枣炖鸡

用料:党参30克、杞子15克、红枣15克、鸡肉150克。隔水炖。此汤既能补气血又比较平和,一周吃两次即可。适宜虚不受补的人。

◓圣诞进行曲

圣诞热饮——蛋奶酒

上周,毫无征兆的,天上飘下几片雪花,落到地上不见了踪影,正望着出神,却又被一串熟悉的音符唤醒。瞬间,这独属于圣诞的气氛在略显寒冷的空气中弥漫开来。

暖融融的热饮酒一到圣诞就布满了欧洲的大街小巷,而象征甜蜜的蛋奶酒则是每个美国家庭不可缺少的圣诞饮品,这回我们把两款圣诞热饮聚到一起,有了他们,这个冬天还会寒冷吗?

蛋奶酒

用料

鸡蛋2个、白糖90克、全脂牛奶200毫升、淡奶油100毫升、波旁威士忌或朗姆酒40毫升、肉豆蔻粉少许。

作法:

1、把蛋清、蛋黄分离。把蛋黄打成淡黄色,加入30克白糖,继续搅拌至白糖完全溶解,备用。再将蛋白打至发泡,其间逐步加入30克白糖,备用。

2、锅里加入牛奶、淡奶油及剩余白糖,大火烧至表面有青烟,沿着锅边的地方渐渐有小气泡冒出,中途不停搅拌,离火。

3、加入打好的蛋黄、蛋白,搅拌均匀,最后加入朗姆酒或威士忌。饮用前再撒上一些肉豆蔻粉。

小贴士:

若以朗姆酒冲调,酒味会更甜,更讨女生欢心。当然,蛋奶酒也能不放酒,甚至还可与咖啡相结合,衍生出蛋奶拿铁等诸多喝法,撒上芬芳辛香的肉豆蔻粉,正好烘托出浓浓的圣诞味儿。

◓美女私房菜

韩式炒年糕的做法

大家在外面吃的炒年糕一般都只用甜不辣、洋葱和年糕,不过为了均衡一下,小蓉加入了胡萝卜和青椒,而且不会缺少维生素。炒年糕其实并不是先用油炒,而是用水煮,这个,一定要记住哦!

材料:

年糕、甜不辣、胡萝卜、青椒、韩国辣酱、葱。

做法:

1、胡萝卜切片,葱切段,青椒切成条,甜不辣切条;

2、年糕入沸水煮5分钟至软;

3、炒锅烧热,倒少许油烧热后,放入胡萝卜略炒,再放入青椒煸炒片刻;

4、放入煮软的年糕,加些清水,烧开后放入韩式甜辣酱,口味重的话再放入少许辣椒粉和盐;

5、炒匀后煮约5分钟左右,至汤汁浓稠后收汁即可。

小贴士:

1、用这个方法煮出来的年糕很软,酱汁也很浓。如果不喜欢吃太软的年糕,大家可以缩短煮年糕的时间。

2、在制作炒年糕的时候,倒入年糕后请一直用较小的火来煮制,否则年糕会化得很厉害也很容易糊锅。

文/片 王梓蓉