



喜气羊羊2015春节特刊

年夜饭

说到除夕,全家团圆的年夜饭是必不可少的环节。年夜饭既是团圆饭,也是家里的大厨展示手艺的绝好机会。今年的年夜饭吃点啥呢?记者联系到了几位长期从事餐饮行业,曾多次在厨艺大赛中获奖的济南名厨,让他们给咱推荐几道端上年夜饭餐桌的菜品。

荤素五五开,都到碗里来

本报记者 崔岩



混搭一号

皮薄肉嫩,色泽红亮,味醇汁浓,酥烂而形不碎,香糯而不腻口。一块约二寸许的正方形猪肉,一半为肥肉,一半为瘦肉,入口即化,咸香浓郁,东坡肉可谓色、香、味俱佳,深受人们喜爱。

撇开上述色味俱佳,历久弥新的评价,也暂且不去想在诗作中以“老饕嘴”自居的东坡先生,单看这慢火细工,先蒸后煮各一小时的功夫,任谁都敢说,满满都是爱呀!

说到爱,不能不说白菜。老人们常说,“百菜不如白菜”,这既道出了对白菜的感情之深,也道出了其营养之丰富。在北方农村,以前冬天菜品极为匮乏,种上几畦大白菜,就够全家过冬吃了。久而久之,吃出了感情,也吃出了健康。

老厨白菜以白菜、粉皮、木耳等为主要原料(也有放肉的做法),经大火翻炒而成,滑嫩味美,开胃下饭,老少皆宜。想象那醇香四溢、清脆可口的大白菜,是不是回到了小时候?

混搭二号

大肠是不少吃货的最爱,九转大肠尤甚。其制作工艺堪称复杂,先煮,再炸,后烧,出勺入锅反复数次,直到烧煨至熟,红润透亮,甜、酸、苦、辣、咸、清香兼有,回味无穷。

一边吃着九转大肠,如果再配一首梅艳芳的《一生爱你千百回》最合适不过,“即使百般煎熬,终究觉得你最好”。正所谓,大肠之爱不在肠,在九转烹煮之间也。

莲藕、西兰花、莲子、香菇、芹菜、胡萝卜、四季豆、木耳……荷塘月色这道菜的“胸怀”可谓极其宽广,各种清心、爽口抑或悦目的菜,都可尽管往里放。稍一用心,一盘“姹紫嫣红”,春意盎然的“荷塘月色”就出锅了。

“我像只鱼儿在你的荷塘,只为和你守候那皎白月光。游过了四季,荷花依然香,等你宛在水中央……”还没开吃呢,有人先哼起来了!

混搭三号

既然都说到荷塘了,鱼是绕不过去了。年年有“鱼”,无鱼不成席。《诗经》有云:“岂食其鱼,必河之鲤。”来一道鲁菜名吃“糖醋鲤鱼”,年夜饭登时显得“高端大气上档次”。

鲤鱼的蛋白质含量高,质量也佳,肉味纯正,鲜嫩肥美。糖醋鲤鱼色泽金黄,外焦里嫩,香甜酸醇……别犹豫了,快到碗里来!

把山药、胡萝卜、豌豆、玉米粒、红甜椒、荷兰豆等一锅烩之后,就成了一道佳肴。山药颇具滋补养胃功效,在满桌的大鱼大肉之中,少了它岂不可惜。

色彩、香气、营养都有了,为了翻炒方便,均匀,也为了更有“卖相”,可以考虑把各类蔬菜都切成方方正正的小菜丁。对了,这样也方便了小孩子用勺子大快朵颐。

混搭四号

年夜饭怎么也得鸡、鸭、鱼、肉俱全,怎能把鸡给忘了。鸡肉与“油腻”几乎不搭界,它只负责“香”,引来口水无数。炒上一盘先炸后炒或先煮后炒的辣子鸡,辣乎乎又香喷喷,保准家里一帮吃货不会让它过夜。

友情提醒:鸡肉要尽量切小一点哦,不是为了让更多吃货尝到或者多吃一会儿,而是为了炒得更入味。

三杯杏鲍菇,再搭配上银杏果,更加健康养生,清爽可口,回味无穷。所谓“三杯”,指的是一种烹饪调味技巧,就如同“红烧”一样,即一杯米酒(可用低度白酒代替)、一杯酱油、一杯胡麻油(或芝麻油),还有不能少的五鲜——姜、蒜、葱、红椒和九层塔(或香菜),调料还有糖。只要把主材料用这三杯烧熟,自然喷香好吃。

年夜饭的故事

讲述人:环山路社区 陈述立

儿时关于过年的印象,就是有新衣服穿,早早地便缠着母亲去街上买新衣服,从上到下,衣服、裤子、鞋子,全是新的,和同村的小伙伴比比看谁的衣服最漂亮。到了除夕,一家人吃了团圆饭,便能领到最期待的压岁钱。还有烟花和炮仗,噼里啪啦驱赶走了一年的烦恼,迎接全新的一年。

现在条件好了,加上怕麻烦,酒店成了年夜饭的“新宠”。陈述立说,这几年都是到酒店订点儿现成的肉菜,在家炒几个素菜就行了,像去年,干脆一家人到外面吃,省时又省力,就是感觉少了一些年味。

讲述人:文化东路社区 孙悦

“现在家里空间有限,年夜饭的规模也小了,人多时顶多摆两个圆桌。”孙悦说,年

年夜饭的“规矩”奶奶总是坚持着,一家人都要去老家过年,那几样必须有的菜,每年总能在她家的年夜饭饭桌上看到。

孙悦说,几个小家庭平时也忙,难得全家所有成员聚到一起。她总会把炸货在自己家做好,除夕当天带到奶奶家去,也都成为一种习惯了。如今生活条件好了,年味却开始流失,“只有除夕夜里,一家人围在一起包饺子,才是最团圆味道的了。”



羊年祝福

· 王景滨

祝福语:三阳开泰吉祥送,羊年来到笑开颜,前途无量阳光道,事业顺利家美满,身体健康能跑跳,生活快乐高楼攀,朋友祝福身边伴,无忧无虑到永远,祝羊年吉祥如意。