

家门口

我的厨房我做主

# “真佩服邻居能做一手好菜”

本报讯(记者 许建立 通讯员 李雯)

5月21日,一场活色生香的邻里家常菜大PK热辣开炒,这也是解放桥社区联合济南欣和企业举办的第二季“我的厨房我做主”主题活动。12位社区烹饪高手齐聚一堂,展示自己的厨艺,热闹的赛场里围满了观看的社区居民。最终,于志强老师的“葱爆海参”、郭萍老师的“宫保鸡丁”、俞洪老师的“歌乐山辣子鸡”获得了前三名。

上午9点,比赛正式开始。选手们头戴厨师帽,迅速进入角色,抡起锅铲大显身手,焖、蒸、煮、炒有条不紊地进行着每一道程序。经过一个多小时的时间,水煮肉片、糖醋里脊、五彩豆

腐箱、京酱肉丝……一盘盘美味菜肴摆在了评委们的面前,四位评委分别从色、香、味等方面做出认真地品尝、点评、打分。

比赛吸引了许多居民前来,看着一道道精美的菜肴,闻着扑鼻的香味,大家品尝后纷纷凑到选手跟前,虚心请教起了厨艺。很多居民表示:“第一次看到街坊们在众人面前展示自己的厨艺,非常佩服邻居能做一手好菜,咱也得回家好好学习做菜了。”本次活动不仅使居民们切磋了技艺,加深了对日常饮食中菜肴色、香、味的了解,掌握了烹饪与健康的饮食观念,而且活跃了社区文化,促进了社区居民间的沟通和交流。



居民们正在烹饪自己的拿手好菜。

## 专业厨师献艺黄瓜拌海蜇



当天的大赛在解放桥居委会前院举行。得知社区举办厨艺大赛的消息后,很多居民早早就赶到了现场,翘首等待比赛的开始。“社区办这样的活动,还是第一次。我听到这个消息很早就赶过来了。希望能够学到两道好菜。”人群中,居民王大妈兴奋地和大家交流着。不单是王大妈,为了让自家的餐桌上更有特色,听说社区举办厨艺大赛,不少居民都兴高采烈地过来品鲜、学艺。

上午10时许,厨艺大赛开始。首先是社区请的专业评委——某星级酒店厨师马师傅进行表演。他为大家带来的是一道家常凉菜——黄瓜拌海蜇。只见马师傅不慌不忙,从兜里拿出了两根水黄瓜,洗

净,去皮,斜刀切块,放置盘中。接着拍蒜、去皮、切末,将蒜末与黄瓜放在一起。随后,马师傅打开电磁炉,烧水焯海蜇。“大家注意,焯海蜇的时候,水温不能过高,大约九十度就行。”马师傅边做菜边讲解,居民不住地点头,更有居民拿出小本记录下来。

没有几分钟,一道色香味俱全的黄瓜拌海蜇就做好了,在上桌前,马师傅还在菜上撒了一些鲜菊花瓣。“菊花有清肝爽口的作用,撒上菊花,一是有营养,二是菜型更加美观。请大家品尝。”这道菜刚被端上桌,就被居民抢食一空。“原来这道普通菜也能做得这么好吃,今天又学了一手。”居民小李兴奋地说。

(见习记者 朱文龙)

厨艺大赛鲜香开场

## 宫保鸡丁、葱爆海参 歌乐山辣子鸡获奖



大厨显艺,各位选手也不甘寂寞。经社区报名推荐的12名选手身穿围裙、手戴袖套“全副武装”上场,拿出自带的烹饪参赛作品材料,摆开阵势,开始秀自己的拿手菜,展示自己的烹饪才艺。比赛中,选手们各显神通,手法娴熟地翻炒、颠锅、焖、蒸、煮、炒,有条不紊地进行着每一道程序,时不时还与围观的居民交流几句。

比赛现场的菜香味,与此起彼伏的锅铲碰撞声、居民喝彩声、说笑声夹杂在一起,气氛热闹而欢乐。“平时在家经常做菜,最拿手的就是做五香豆腐箱。这个豆腐箱看着简单,其实比较麻烦,最难点就是扣豆腐,保持豆腐箱的完整性,我自己发明了一种工具,专门扣豆腐瓢,很好使。”任文雁阿姨一边熟练地做着豆腐箱,一边向一旁围观的居民介绍道。

于志强大爷做的是葱爆海参,“平时做菜只有家人享用,今天参加比赛露一手,让大家一起分享。”于志强大爷笑着说道。

众所周知,葱爆海参,鲁菜名菜,最难的不是食材的价格,而是时间与火候。时间指的是海参泡发的时间,多一分则无劲,少一分则硬涩。火候讲的是葱与海参下锅的时间判断,时间长则柴,时间短则

生。因海参味淡,所以考验厨师的功力。美食家去饭店都好点上一盘海参以考校厨师。所以当主持人报出于志强所做的菜品时,引起了台下居民阵阵惊呼。

只见于大爷拿出泡好的海参,海参颜色晶莹,肢体饱满。然后他将海参切成小块,便于入味。随后,将主要的调料大葱、生姜、蒜切成碎末,放少许油加热,姜蒜入锅煸出香味。随后大葱入锅,煸炒至油没葱。此时加入海参,文火爆炒,炒出香味之后,加入料酒、酱油、耗油,加入清水,文火熬煮五分钟后,加白糖、淋香油出锅。于大爷娴熟的技艺,引起了居民们阵阵赞叹。

“海参有延续衰老,消除疲劳,提高免疫力,增强抵抗疾病的能力。请大家尝尝!”于大爷还没有介绍完,就有居民上去要尝尝,引起了大家的阵阵笑声。大家尝后,纷纷表示好吃,连马师傅都忍不住多吃了几块。

经过评委们的评定,最终决出了优胜奖三名、优秀奖九名。其中,郭萍的“宫保鸡丁”、俞洪的“歌乐山辣子鸡”和于志强的“葱爆海参”受到了专业评委和大众评委的一致好评,被推为优胜奖。社区分别给获奖选手和参与选手颁发了奖品、纪念品。



豆腐箱子



宫保鸡丁



葱爆海参