



非常食客

立冬后,寒冷来袭,几乎让人都不想动了,就想着吃一些暖和的东西。这个冬天暖胃最好的选择当然是打边炉外加暖乎乎的菜,让人感受不到初冬的寒冷。麻辣香锅、麻辣烫估计这样的字眼是您经常选择的午餐和晚餐。下面就为大家介绍几款各地的干锅美食和盆菜吧!

立冬后来点暖胃菜吧

整理 王梓蓉



冷风吹热干锅菜

代表菜品:干锅猪蹄、干锅香辣虾、干锅茶树菇

眼下,正是一品暖意十足干锅仔的时节。干锅仔它最早在湖北、湖南、江西一带流行,后逐步改良成系列干锅菜肴,用料也很考究。在饭桌上出现明火菜,给人一种很温暖的感觉。呼朋唤友聚在一起,点一份热腾腾的干锅菜,寒气立刻就被驱散了。

干锅香辣虾锅中有桂皮、八角、甘草调料,出锅后的菜品色泽

红亮、辣而不燥。腊香茶树菇也是,记者看到这道干锅菜在急火翻炒中,后加入的香料、酱料才慢慢渗透进原料中,味道是由外至内的,因此美味流失度很少。

“盆菜”飘飘润味蕾

代表菜品:港式盆菜

福山“魔锅坊”麻辣香锅门店的孙厨师告诉记者,制作盆菜的食材极为丰富,一般都有15种以上,分别经过煎、炸、焖、卤等手段烹制后,再层层装盆而成。盆菜要按一定的次序由下而上叠好,称“打盆”。最下层



放置易吸汁液的食材,如白菜、藕片、萝卜、腐竹等,中间放冬菇、笋片、肉皮、烧肉、手打鲮鱼球、土鱿片、蛋卷等,特别要放的是蚝豉。这蚝豉是粤菜的一绝,将生蚝晒干,经烧煮后,会产生一股极醇的香味,且越来越鲜。最上面摆放的一般都是名贵食材。

驴肉温胃还不上火

代表菜品:驴肉火锅、驴肉火烧、驴肉粉丝汤

驴肉以细嫩味美、高蛋白、低脂肪著称。食客们总结出了“天上

龙肉,地上驴肉”的说法,可谓是对驴肉美味的最高赞誉。驴肉火锅的汤味道挺好,特别的鲜。驴肉很鲜嫩、很香,喝驴肉鲜汤、嚼美容养颜驴皮,据说是阿胶最主要的原料。

驴肉火烧也是不错的滋补小吃,很特别,十个锅贴,由一层酥皮都连在一起,吃起来很有感觉。驴肉火烧的饼很酥,里面夹了一些驴肉和青椒。驴肉很新鲜的,再来一碗驴肉粉丝汤,空气里飘散着的驴肉香,冬天吃这个,美啊!



材料:

南极虾、芹菜、胡萝卜、莴笋、葱、姜、蒜、香叶、香菜。

调味料:李锦记风味香辣酱、豆瓣酱、豆豉、辣椒油、

鸡精、糖。

做法:

1、南极虾去虾芒,从头、身连接处下剪刀,将外壳剪开至尾部,抽掉虾线后,再用小刀沿剪开的部位将虾肉剖开一半以便入味。

2、莴笋去皮,胡萝卜去皮,芹菜洗净,全部切寸段,葱切寸段,姜蒜切片。

3、将香辣酱、豆瓣酱、豆豉分别剁碎。

4、锅内放小半锅油,非常热时,下入虾火爆至外表发白,用漏勺捞起备用。

5、锅内留少许油,小火将葱、姜、蒜爆香后,放入香辣酱、豆瓣酱、豆豉、香叶,煸出红油后,调入辣椒油、鸡精、糖。

6、再中放入胡萝卜、莴笋、芹菜,改中火,放入虾,翻炒均匀使所有料汁都附在虾上即可。

7、起锅后撒上香菜。

2、锅内热油,六成热时,放入五花肉,小火将煸至吐油,肥肉部分成透明色。

3、将五花肉拨至锅的一边,往锅内放入泡红椒,炒出红油后放入葱、姜、蒜,并与五花肉一同炒均。

4、加料酒、酱油、糖、鸡精调味后放入茶树菇炒均。

5、加入红椒略炒即可起锅。



原料:

新鲜茶树菇250克、猪

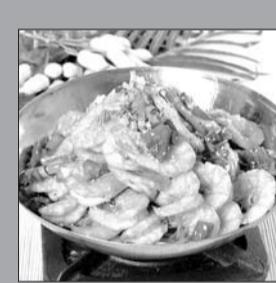
五花肉150克、青红椒各半根、大蒜4瓣、姜2片、香葱4根、泡红椒适量。

调味料:

酱油、糖、鸡精、料酒。

做法:

1、茶树菇洗净;五花肉切薄片;青红椒切丝,大蒜切片,葱切段。



○美女私房菜

软炸里脊的制作

软炸里脊是一道传统鲁菜,其做法与另一道传统鲁菜“干炸肉”十分近似。但是口感、口味上与其又有着本质的区别。而造成这种区别的主要原因就在炸肉之前对生肉的处理手法上。

软炸里脊的特点在于:皮软肉香、色泽金黄。另外,由于软炸里脊是“软炸系”的代表菜,所以学会这道菜后自然通晓“软炸系”其他菜的做法。

原料:

里脊肉500克、蛋黄3个、淀粉

15克、面粉20克、盐4克、味精1.5克、白糖2克、黄酒3克、酱油9克、油500克、椒盐适量

制作:

1、将里脊肉切成1.5cm见方,3.5cm长的肉条。用盐、味精、白糖、黄酒腌好入味备用。

2、将蛋黄、酱油、淀粉、面粉搅拌均匀制成“软炸糊”备用。

3、将腌好入味肉条放入软炸糊抓匀备用。

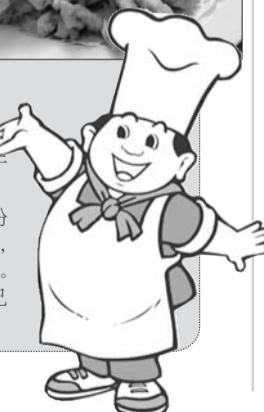
4、起火入锅,锅中入油烧至5成熟时下入挂好糊的肉条炸到表皮发白硬时捞出拍散。

5、锅中油继续加热至9成熟,将拍散的肉条二次下锅炸至金黄色捞出装盘,与椒盐一起上桌即可。

贴士:

1、软炸里脊的“软”来自于软炸糊中的面粉20克。

2、“软炸糊”中的面粉与淀粉的比例决定了成品的软硬程度,通常面粉的比例越高“糊”越软。大家可以慢慢摸索出适合自己的软硬程度进行烹调。



编辑手记

张允德,福山烹饪协会副秘书长兼办公室主任,一直以来热心于鲁菜文化的研究和探索,积累了大量的关于鲁菜文化的第一手资料。为了弘扬鲁菜文化,让人们更多地了解鲁菜、喜爱鲁菜,推动鲁菜。现将部分资料摘录以飨读者。

更加奇怪,又用鼻子嗅了嗅说:“大胆奴才,没有传膳,这是哪来的肉香味?”李莲英道:“启禀老佛爷,这香味是李中堂大人身上上传出的。”

这时,李鸿章扑通一声跪在地下,连叩了几个响头说道:“老佛爷恕罪,臣该死,臣罪该万死!这香味确是臣带来的。只因臣赶进宫里叩见,早上没吃饭,适才路过东华门外,见一家福山烧肉店卖刚出锅的烧肉,臣忍不住嘴馋就买了一块,不想在轿里还没吃完,剩下一小块揣在衣袖里。请老佛爷恕罪。”说着又叩头不止。

慈禧太后听后,不由一乐,笑道:“李中堂也喜欢吃零嘴呀!难为你了。”又转头对李莲英说:“小李子,你到东华门那家福山烧肉店去买些来,中午叫李中堂吃个够,咱们也尝尝这福山烧肉的特殊味道!”李莲英忙答应着,叩头去办了。

从此,福山史家烧肉、烧鸡、烤乳猪等烧烤佳肴经常进宫供御膳。为了方便,李莲英还给了史家烧肉脯一块进出宫的腰牌。不知这块腰牌至今是否还保存在史家的后人手里?

这正是:
福山史姓一家人,
京城开铺号金华。
祖传烧肉御膳用,
香烂适口慈禧夸。

文/张允德