

# 大明湖畔蒲菜鲜

大明湖是济南三大名胜之一，闲暇之余，看看大明湖的美景，尝尝大明湖的美食，不失为生活快事。大明湖所产湖鲜水蔬，名气最大、风味最美者当属蒲菜，老济南人历来有吃蒲菜的喜好。

□李金良

蒲菜入馔，古已有之。《诗经》里说“其蔌维何，维笋及蒲”，西汉枚乘在为晋太子所拟菜单中，有“刍牛之瘦，菜以笋蒲”。古人认为，蒲菜味美，北魏贾思勰在《齐民要术》中就说：“蒲根菜，《周礼》以为菹，谓蒲始生，取其中心入地者蒻，大如匕柄，正白，生啖之，甘脆。”明朝王世懋在《瓜蔬疏》中也说：“蒲笋、芦笋皆佳味，而蒲笋尤佳。”

不过，古人所说的这些蒲菜多生长在多水的江南，而在江北大明湖的蒲菜品质如何呢？据民国年间的《济南快览》记载“大明湖之蒲菜，其形似茭，其味似笋，遍植湖中，为北数省植物菜类之珍品。”可见，大明湖的蒲菜无比江南。

如此品质，使得一些文人墨客、文化大家，对大明湖的蒲菜赞赏有加。当代文学巨匠老舍，在《大明湖之春》一文中，

对大明湖的水蔬给予极高的评价，这其中就有蒲菜。他说：“湖中的出产可是很名贵呀。……吃到肚子里也许比一过眼的美景更容易记住，那么大明湖的蒲菜，茭白，白花藕，还真许是它驰名天下的重要原因呢。”

当代著名诗人臧克家，曾为《中国烹饪》撰文，盛赞令他难以忘怀的济南饮食，这其中也谈到大明湖的蒲菜：“逛过大明湖的游客，往往到岸上的一家饭馆里去吃饭。馆子不大，但有一样菜颇有名，这就是‘蒲菜炒肉’……蒲菜炒肉，我尝过，至今皆有美好的回忆。”

大明湖的蒲菜脆嫩清鲜，最宜烹烧汤菜。鲁菜有“无汤不成菜”之说，可见汤在鲁菜中的地位。鲁菜讲究用汤，擅长用汤，故济南大厨个个都是吊汤高手。“无鸡不鲜、无鸭不香、无肘

不浓”，用鸡、鸭、肘吊出的高汤醇、厚、鲜、酽，品一口有沙质感。高汤有两种，清汤和奶汤。济南厨师烹制大明湖的蒲菜，用得都是奶汤，遂名“奶汤蒲菜”。如此这般脆嫩清鲜的蒲菜，如此这般醇厚鲜酽的奶汤，这“奶汤蒲菜”尊称济南汤菜之冠，名不虚传。

烹烧蒲菜，济南厨师还有一绝招：锅塌。“锅塌”厨技为济南厨师所独创，其技法简单地讲就是“先煎后塌”——择皮去根洗净的蒲菜切四厘米长的段，拍松，下沸水余过，加少许精盐稍腌，将蒲菜沾上面粉，放入蛋黄糊里抓匀，整齐地排在盘子里，余糊倒在上面抹匀。炒勺内花生油烧至四成热，将蒲菜排整齐推入勺内，煎至蒲菜排“挺身”金黄时，出油，颠勺翻身，锅内再加油，再煎至另一面金黄。“塌”——倒入用高汤、料酒兑好的兑汁，微火焖至兑汁将尽，翻扣在盘子里即成。“锅塌蒲菜”成菜色泽金黄、香气扑鼻、鲜味醇厚，勾人食欲。

吊汤、锅塌皆为烹饪技艺，这道名菜，非厨艺高超者不可为，一般百姓鲜有企及。但大明



湖蒲菜质地优良，“家常”做法一样鲜香。将蒲菜切段，再切丝，下沸水余透，控水装盘成塔状，撒少许精盐，海米切碎末铺在塔顶。锅内花生油烧热，下花椒炸出香味，算出花椒，花椒油趁热浇在海米末上。这就是济南的家常炝蒲菜。蒲菜这样来吃，是最真的味道，清爽鲜香。

蒲菜片与肉片同炒，这就是蒲菜炒肉，也是济南人喜爱的家常吃法。肉选五花肉，切薄片，蒲菜顺径长切大斜片，先火爆炒肉片至熟盛出，锅内留余油加入蒲菜片翻炒，待八九分熟时加少许精盐、白糖调味，然后倒入肉片翻炒几下出锅。曾给诗人臧克家留有美好回忆的老济南“家常名菜”蒲菜炒肉，就是这么简单，这么家常，这么有味道。



酥锅是济南人的节日菜品，“鱼酥肉烂、酸咸甜香、形态晶莹、色似琥珀”，这16个字体现的正是明湖小楼济南酥锅的色香味形。挑一块酥鱼，连鱼骨一起嚼吃，软酥不腻；再挑一块酥藕，品味深入其中的肉香，味厚而不腻，别有一番滋味。

**明湖小楼杯征文大赛**  
**“品味”老济南**

主办：齐鲁晚报 明湖小楼餐厅  
邮箱：abzhou@126.com

## 迎中秋 贺盛世 宜宾五粮液股份有限公司 五粮液股份福满盛世 特惠299元/箱

福满盛世原价3600元/箱

特惠299元/箱



在以往，五粮液·福满盛世，价格高，每瓶600元，普通百姓很少能喝到，而现在特惠每瓶不到50元，婚宴、聚会及商务宴请，高端大气上档次，最合适不过了。

送礼抢：大品牌、档次高、被重视

中秋来临，现在花很少的钱买五粮液原厂福满盛世，中秋送礼、答谢客户、招待亲朋，包装好，酒质好，面子足，档次高，绝对拿得出手。

迎中秋 原价3600元/箱，现价299元

五粮液在白酒业的地位无可争议，从来都是尊贵、荣耀、品质的代名词，但动辄每瓶几百的价格却令老百姓望而却步，为迎中秋、贺盛世，回馈消费者，五粮液股份决定，五粮液·福满盛世一瓶原价600元，一箱3600元，现活动特惠299元/箱(6瓶)，济南仅限300箱。假一赔十，酒质不满意，退货退款！每人限购十箱，两箱包邮，抢购电话400-667-9499杜绝代理商囤货！

郑重提示：五粮液·福满盛世酒是由宜宾五粮液股份有限公司生产的一款纪念酒，与“普五”同质同槽同原料。

在中秋国庆双节来临之际，为了让广大酒友抢先体验五粮液·福满盛世，特在山东新闻大厦一楼大厅(泺源大街6号)举行免费品鉴活动，盛邀广大酒友前来品鉴、交流、订购，时间：今日至9月30日。

抢购电话：400-667-9499 限300箱

## 迎中秋 威海乳山海鸭蛋半价特惠泉城

瞧，这儿的海鸭吃的是小鱼小虾，乳山海鸭蛋：让你吃出童年的味道！

油多味佳/入口爽滑/  
咸香可口/油多不腻/沙软可口

在乳山，出名的不仅仅是海鲜，乳山的海鸭更是家喻户晓。农经频道多次介绍，并指定为国家地理标志产品，这些生长在海滩上以海里的小鱼、小虾、蟹等小海鲜为主要食物来源的鸭子，当地人称之为海鸭，它们所产下的海鸭蛋，富含蛋白质、钙等微量元素，营养价值比普通鸭蛋要高3-5倍，蛋黄更大且呈橘红色，口感也会更好，堪称蛋中极品。

一碗清新的粥，配上一颗流着红油的鸭蛋，这最简单的搭配，是萦绕在舌尖久久难忘的最佳美味。只是现在市面上所销售的咸鸭

蛋，大都化学腌制，吃着发板，颜色不好，味道不佳，更别提流着黄油嚼在嘴里沙沙的蛋黄。

大型地下红泥腌制车间，保证腌制品质；严格清洗、只只光检、分级流水线，保质保量；自动控温蒸煮，确保咸蛋品质；全自动真空包装流水线，每一个海鸭蛋都采用真空包装，干净卫生地送到您手上。

威海乳山海鸭蛋，土法腌制  
营养高，口感好，吃出童年味道

乳山海鸭蛋以其丰富的营养、鲜美的味道，更大更饱满的蛋黄受到消费者喜爱。海鸭蛋的营养价值高于普通鸭蛋，蛋中富含钙、磷、铁、锌、碘、镁、钾、硒等多种对人体有益的

微量元素。每100克蛋中含蛋白质12.5%，蛋中含人体所必须的18种氨基酸，且总量很高，对智力发育有益的卵磷脂含量达4056mg，高于3500 mg一级标准，此外具有美颜护肤作用的色氨酸含量高达0.17克。

中秋到，不管佳节走访、孝敬长辈、员工福利，还是自己食用，威海乳山海鸭蛋都是极好的选择！济南市唯一展销地址：泺源大街6号，山东新闻大厦一楼大厅；活动时间：上午8:30-下午5:30，仅限5天，先到先得，莫失良机！

优惠价：49.5元/箱(20枚)；74.5元/箱(30枚)，2箱包邮，欢迎团购！

订购热线：0531-88902933

