

XO海鲜酱 拌面拌粉下饭都OK

在山东，民间制酱以合酱居多，大酱的原料只有黄豆，合酱则采用其他粮食一起发酵，故称为“合酱”。山东合酱主要使用黄豆和玉米两种材料，和制作大酱的方式类似，玉米粒炒熟后用碾子碾碎制成玉米粉，用沸水烫，和好团成球形，贮放发酵，经过发酵后，与黄豆酱坯子按照一定比例一同下酱。各地制作时下酱的比例不同，制成的酱味道也有区别。而另一种带着海洋气息的口味酱料，近几年也在各类餐饮中出现——XO海鲜酱。

“制作这种海鲜酱，很简单，尤其是在青岛，随便到市场上买点食材就能完成。”在香港中路一家东南亚餐馆，店里的XO海鲜酱和新鲜的鱼虾蟹一起华丽登场。带着咸、鲜滋味的海鲜酱，似乎比海鲜滋味更丰富厚重。关于制作XO海鲜酱，酒店大厨介绍了一个能在家中轻松操作的方法：海米和瑶柱先洗干净，然后分别加料酒浸泡两三个小时去腥。干香菇、豆豉洗干净后浸泡备用。五花肉剁成肉末，瑶柱挤干水捻成几块，海米、洋葱、香菇、姜、蒜、萝卜干切碎，豆豉稍微切几下就好，小米椒切圈。浸泡的水滤掉残渣备用，不要倒掉。锅烧热，倒入半碗油，先下五花肉、瑶柱和海米，开始炸，火不要太大，太大火容易炸糊。油的量要能没过材料，炸到微焦，就可以捞起。如果喜欢更香酥一点，可以多炸一会。再炸洋葱、香菇，炸到洋葱香味出来，放入姜和蒜炸一会，继续下豆豉和小米椒。

炸到闻到豆豉香，再加萝卜干炸两三分钟。将前面捞起的肉末、瑶柱和海米回锅，翻拌均匀，再炸两三分钟。将浸泡材料的水倒入，加入盐、生抽和黄豆酱，拌匀，根据口味调整。然后盖上锅盖，小火炖煮。隔几分钟要开盖翻一次，防止糊锅。最后煮到水没了，只剩下油汪汪的酱就好了。

晾凉后，用干净的保鲜盒和罐子密封装好，放冰箱保存，要吃的时候用干净的勺子挖取适量。这样一份海鲜酱配饭、配面都是最佳拍档。

辣椒酱 为菜肴注入灵魂百味

贵州以“辣不怕”闻名，这里的辣椒酱有个特别的制作步骤——辣椒发酵以后加入滚油将微生物杀死，因此发酵时间很长，获得的口味也很稳定。据说，辣椒酱是从贵州分别传入湖南和四川，到四川后诞生了豆瓣酱。看似是用豆瓣酱就搞定了百菜百味的川菜，实际上辣椒在发酵过程中产生了多样的风味。

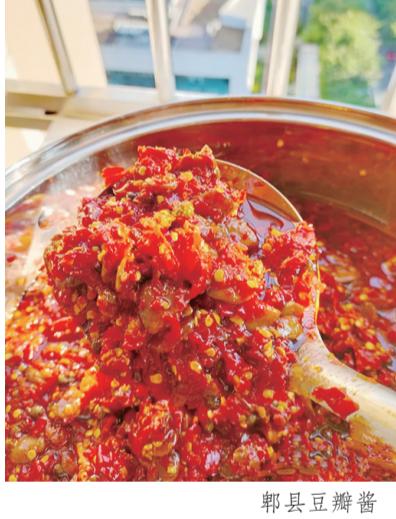
有测试显示，陈酿5年的郫县豆瓣酱可检测出26种氨基酸，可见其中富含了多少口味。因此如果想要了解百菜百味，就需要从郫县豆瓣开始。“在四川老家，家里的老人会在这个季节把大缸搬出来做酱，做这种酱在城市里很难实现。”从四川来青开川菜馆已经有11年，石勇店里用的郫县豆瓣一直固定在一家进货。“郫县豆瓣，主打的就是辣和咸。”虽然没自己动手做酱，但回忆家中老人做酱的过程，石勇心里也大体有数。“将蚕豆晒干脱壳，浸泡数日，然后拌入面粉，蒸熟后加入米曲，先放进无菌的密封空间里长毛，然后再放盐水发酵，直至变黑，便可制成甜豆瓣，这个制作过程就是一般豆瓣酱的制作过程。”

待蚕豆发酵好后，才准备与杀过青的鲜辣椒混合。鲜辣椒需要先晒过一个月，清洗后剁成大块拌入食盐，制作成辣椒坯，然后再与甜豆瓣混合，放入大缸中，盖上盖，便进入日复一日的豆瓣酱发酵阶段。石勇说，做郫县豆瓣酱首先要选用二荆条，尽管辣椒品种很多，有美人椒、朝天椒、小米椒等，但小米椒辣味素偏高，其他辣椒辣红素又不够，而二荆条辣红素非常高且辣味素适中，最适合做豆瓣酱。其次，陶缸也很重要，陶缸是用泥土烧制而成，透气性强，让发酵中的豆瓣酱更有生命力。原则上，豆瓣酱混合入缸之后的每一天，工作人员都需要掀开盖子，搅拌缸中豆瓣酱，持续一段时间的晾晒，好让它在阳光下杀菌，并深度发酵。夜晚，还要再次掀开盖子透气。

在日复一日翻晒的过程中，辣椒肉被不断分解，产生不同的氨基酸，辣味越来越丰富多样，也就是川菜复合之味的神秘之处。年份越久，缸里的豆瓣酱体积就越小，辣椒肉几乎全部被分解了，只剩下辣椒皮，蚕豆已经溶解于酱中。有意思的是，与南方其他各省主打的辣椒酱不同，豆瓣酱很难家中自制，尤其在高度城市化的地方。不过在石勇家里还会做另一种辣椒酱，名为阴豆瓣，不需要晾晒的豆瓣酱。但其中并没有蚕豆，而是将辣椒切碎后直接加入盐和菜籽油，可以用于热炒，也可以直接佐餐，与郫县豆瓣酱异曲同工。



X.O.酱拌面



郫县豆瓣酱



青梅酱

伏天专属 晒酿酱香

夏天食材容易发酵，正是做酱的好时机。趁着日晒充足，气温高，快来原生态、纯手工做的家常酱品吧。晒好的酱豆既可作为小菜就酒下饭，亦可作调味品，是家常餐桌上一道经典的美味食材。做酱豆需要一个繁琐而漫长的过程，却是满满家的味道。



如果你是一位热爱烹饪的美食家，或是愿意四处发掘美食的探店达人，请扫码入群加入我们，一起互动起来，探索美食世界！



百香果酱

青梅百香果 夏日酿造小清新

夏日的青梅是打开胃口的金钥匙，有人用它来酿酒，有人用它来做酱，青梅用自己饱满鲜亮的果实呈现夏日之光。青梅的滋味是被封存的小美好，青黄色的果酱，抹面包、冲冰水，酸甜滋味里包裹的是自然果实的清爽。喝过青梅酒，一瓶小小的青梅酱，在舌尖勾起了新的想象。

青梅酱原是广东汕尾的特产，从选梅子到煮酱都大有讲究。随着如今物流的发展，汕尾的青梅也能在全国各地买到。“这种果实酸度高、不招蚊虫近身，用这种青梅果子做酱，是地道梅子酱的酸甜滋味。”在李沧九水东路经营一家烘焙店的姜黎，店里做蛋糕用的果酱夹心都是亲手熬成。蓝莓酱、草莓酱、芒果酱、鳄梨酱……各种颜色的瓶瓶罐罐里，是她每天用小奶锅“咕嘟”出来的果实。

“做青梅酱时，清洗去蒂必不可少，用海盐分阶段多次腌制，数月后漂水去盐、晒干去水，此时的青梅果干涩味减半，只余清甜。接下来才是重头戏——熬酱。”姜黎把青梅果肉挤出，历经足足半天熬煮，伴随不间断地搅拌磨出果浆，最后停火冷却，装封罐中。梅子、轻盐、白糖，如此简单普通的食材，在一罐小小果酱中化为纯粹的味蕾治愈剂，唤醒了炎夏的瞌睡。

除了青梅酱，在沉闷的伏天，再来尝尝百香果酱，据说最挑剔的吃货也会被这滋味吸引。一瓶恰好留存了季节风味的百香果酱，“灵魂”所在当然是果实。在姜黎的小店里，五颜六色的玻璃小罐是店里最好的装饰，装载着如蜜般浓稠的百香果酱，在阳光下泛着金黄透亮的光泽。取一勺果酱在水里化开，淡淡清甜窜入鼻尖，入嘴初品，可尝到老冰糖的滋味，果香则暗藏在回甘中。在拿着面包片充饥的时刻，厚厚的百香果酱，是化腐朽为神奇的宝物。

先在面包上涂抹一层果酱，再扎扎实实咬上一大口，咀嚼间百香果籽“咔咔”作响，酸甜滋味在舌尖翻涌，疲劳一天的身体也恢复了活力。

“任何食材都有其他食材不可替代的原味，因为那都是天地创造的自然的力量使然的”，有美食家如此总结天然饮食的魅力。让果酱开启你的新趣味吧，夏天也会变得更清新可爱。