

粉粉面面
别具「囍」

丰收的季节是美味甜蜜的。地瓜、板栗、芋头、南瓜、山药……这些淀粉含量十足的食物味道正好,在寒冷的秋冬季吃上一口,一股暖意直击心窝。舌头轻压,瞬间满口甘甜,幸福感在全身游走。它们粉粉面面的口感,是属于这个季节别具一“囍”的享受。

美食热线

82888000



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!

本版撰稿摄影
观海新闻/青岛早报记者
钟尚薇

拔丝拔丝 脆脆甜甜有乐趣

红薯草根气浓重,难上大雅之堂,但要是给它穿上一层人造糖衣,可就另当别论了。拔丝地瓜是鲁菜中殿堂级别的甜口佳肴,也是不少人的心头好。回望鲁菜历史,山东是拔丝菜的发源地,著名菜肴有拔丝苹果、拔丝山药、拔丝红薯、拔丝金枣、拔丝樱桃、拔丝香蕉等。《聊斋文集》中有“而今北地兴握果,无物不可用糖粘”的句子,形象地描述当时山东流行拔丝甜菜的情形。

食用拔丝地瓜时,要用筷子夹住一块地瓜,尽力拉出很长的糖丝,还要预备一碗凉水蘸一下,使糖丝变硬,以便于把丝拉断入口。在热糖将凝未凝的临界点,食客们要屏住呼吸,适时起筷,晶莹细长透明的甜蜜一丝一缕地闪耀。拔丝的乐趣似乎已经大于这道菜的味道本身。

那么,如何制作拔丝地瓜呢?当然有点讲究在其中。把地瓜均匀地切成小块,下锅油炸,炸到外橙黄内松软之后捞出沥干。之后再放油,小火热锅,置入冰糖,耐心熬糖浆,不一会儿就搅动完成。糖呈深棕色时,地瓜入锅,迅速翻炒,每块都裹上糖液后就大功告成了。说起来容易做起来难,熬糖浆的火候过小,糖浆会熬得很稀,拔不出丝来,易粘牙;火候过大,糖浆的色泽会变焦黑,味道会发苦。糖浆要经历三个过程,先起白色的大泡,不断搅拌至突然变小泡,颜色变深,继续搅拌至糖浆起大泡,并变得黏稠,可以拔出细丝来才行。

做拔丝地瓜有讲究,吃拔丝地瓜也有讲究。很多人说吃拔丝地瓜有两点感受:第一是烫,第二是很烫。糖衣经过油烹,自然温度高,再加上粘连在一起,温度很难散发。绵软的地瓜经油的料理,内芯也悄悄锁住温度。偏好吃喝的口舌才不会就此轻易投降做俘虏,于是,创造了点睛的配件——一碗清水。夹起一筷头拔丝地瓜,像作画前似的,蘸点儿水,然后送服入肚,既降了温,又斩断了糖在地瓜上的藕断丝连,实在是妙。温润的水就着裹着糖的甜糯地瓜下肚之时,不觉感叹,心急吃不了热豆腐,但应该吃得了拔丝地瓜!



拔丝地瓜



栗子鸡

可盐可甜 外糙内萌多样南瓜

橘色的南瓜,光看颜色就让人打心里开始暖和。这些年,南瓜名声在外,东北乱炖里若是缺了它,便少了清甜。最基本的乱炖总要有土豆、豆角、茄子这三样,再加上南瓜,它坚硬细密的质地在小火咕嘟里慢慢变软,用筷子能插透时,其他菜也就都好了。用锅铲稍微推碎点儿,菜汤汁变得黏糊,其他菜也有了南瓜的味道,每一口下去味道都是“你中有我”。要是跟猪肉一起炖,南瓜就变得比肉还抢手,有肉的味道却不油腻,是减肥人士解馋的好选择。

偶尔想吃得精致点?南瓜也必不可少。第一次吃到蛋黄焗南瓜的时候,惊为天菜——怎么会有这么矛盾又和谐的菜?蛋黄的咸中和了南瓜的甜和油腻,趁热吃下去咸甜两种味道依次迸发又交相融合,层次分明互相映衬。再来一口冰啤酒,生活瞬间完满。想做疙瘩汤又不会点疙瘩,也没关系。把南瓜蒸熟,加水 and 白面和成糊,烧一锅开水,水滚后把面糊从漏勺上浇下去,一滴滴“珍珠”饱满明亮,切点细白菜丝或大头菜丝一起煮熟,点一点儿盐和香油进去,再漂上些蛋花,点缀些许葱花,真的完美。

南瓜之奇妙,就在于你很难给它定性。你觉得它是管饱的主食,它却也能当菜,照样下饭。你觉得它以甜调为主,它和咸味儿搭配却莫名和谐。它呈现出什么样子,全凭你的需求。周末懒得出去,翻开冰箱,只剩下南瓜了,来道干烧南瓜,也是一顿好饭。大道至简,全靠配料,生抽、醋、蚝油、糖、葱蒜也能勾勒出一道南瓜佳肴。家里来小客人了,没有零食,炸一盘南瓜芝麻球,小点心能展现好厨艺和热心肠。南瓜切大块涂上椰子油高火烤,不一会儿满室馨香,

金黄粉糯 栗香里的深秋味

天渐凉,北方秋意已浓。炒货店里“哗啦哗啦”翻炒栗子的声音时隔一年又如期而至。

栗子是秋天的硕果,秋冬吃栗是自然而然的事。没有听说谁不爱栗子,它自带甜味,不需要任何点缀。熟栗子金黄粉糯,热乎乎,下肚几颗便能安慰了辘辘饥肠。谁能抵挡这诱惑?栗子同时适合用来做食材,给食物添味、借味,栗子鸡、栗子烧肉、板栗粽子、栗子羹、栗子糕都是发扬栗子甘甜味典范。在排骨汤里放一把栗子,小火慢炖几小时,炖出来的汤又香又甜。

栗子鸡是一道名菜,取其谐音还有“大吉大利”之意。黄焖栗子鸡,选三黄鸡净膛、焯水、剁成块状并腌制,新鲜板栗烫开水、去皮蒸一刻钟,小火煨炒姜、蒜、红葱片爆出香味,调至中火后加入鸡块,翻炒至鸡肉表面出油,而后加入栗子,翻炒均匀,倒入调味汁,加水焖煮至沸腾,大火烧开后转小火焖煮,最后根据个人喜好控制汤汁的浓稠度。鸡肉的滑嫩可口和板栗的软糯香甜巧妙结合,十分下饭。下饭菜总给人重口的印象,但这道栗子鸡却因这栗子带有风雅之味。

贴秋膘是对秋天最大的尊重,红烧肉里投几枚时令秋板栗,一道秋日限定版“板栗红烧肉”就诞生了。选肥瘦相间的五花肉清洗干净,切成麻将块状大小,板栗去皮洗净,葱切段,姜切片,五花肉块中小火煸至出油,捞起沥干备用,煸炒好调料,再倒入五花肉,翻炒均匀,加冰糖、老抽、生抽,加盖大火煮沸,改小火焖煮,再投入板栗拌匀,加盖小火续焖至栗肉软熟入味。出锅后的红烧肉红亮剔透,色如玛瑙,板栗金黄发亮,更是去油解腻。

栗子做成甜点造就了许多经典之作。栗子的甜而粉,与糖、奶油、面粉融合起来浑然一体,恰如其分地突出其美好之处。栗子糕是一道中式传统点心。将栗子洗净、切口,再用开水煮到栗子开口,这样好剥皮。再将去掉皮的栗子仁放到蒸屉里蒸,蒸熟的栗子仁取出加入猪油、蜂蜜一齐捣碎成泥。之后用小火翻炒栗子泥,最后选个模具压成形,栗子糕就做好了。栗子糕配茶最为适宜,吃起来暖暖的,而且不会噎人。



南瓜牛腩



芋头扣肉

皆大欢喜。冬至包饺子,爱吃素的朋友,又没有预先买好合适的蔬菜,南瓜也能救场:还是蒸熟捣碎,和炒好的鸡蛋虾皮包在一起,蒸熟一咬,有流沙包的口感。想煮点排骨汤?超市有剥好皮的栗子,和南瓜猪骨一起煮,再加上两块黏玉米,暖胃暖心。

“可盐可甜”用来形容南瓜再合适不过了:外表糙,内心萌。质地坚硬,切过的人都懂的。外皮料理起来显得不好搞定,然而高温之下,它慢慢柔和,展露甜美。

粉粉面面 芋头甜鲜很百变

芋头黑黢黢、粗糙、满是泥污,实在算不上好看,料理的人若稍不注意,手还会奇痒,叫苦连天。谁能想到这秉性乖张的芋头,热火一炊,性情变得温厚,搭配各种食材味道都能合得来,成就百般美味。

芋头吃法多样,最简单的吃法莫过于蒸煮。将小芋头往锅里一扔,加水烧开,中火慢煮,捞出,剥皮蘸着白糖或蜂蜜吃,不爱吃主食的小朋友能吃个肚歪。吃完甜的,来点咸的。芋头、猪肉,苏东坡都很喜欢,要是他能尝一口荔浦芋头扣肉,想必定会赞不绝口。荔浦芋头做芋头扣肉再好不过。五花肉炸香、生抽上色,再切成厚片,芋头切片煎至两面金黄,腐乳、蒜末、料酒、生抽、老抽调匀,芋头片、五花肉蘸上酱汁,一片芋头、一片五花肉,在碗里码得整整齐齐,然后上锅大火猛蒸40分钟,蒸至熟透,倒扣即可。吸收了芋头香气,裹满酱汁的五花肉酥而不烂、肥而不腻,芋头粉粉的、面面的,一口芋头,一口五花肉,好吃。

在冷风飕飕的日子,芋头绝对是让人一入口便全身暖起来的食物,一杯温热的厚香芋破破奶茶、一煲香芋南瓜牛奶羹,或一碗香芋扣肉、一碟香芋排骨都能让人精神一振,周身暖和起来。