

云冈黄酒 相约大同餐饮人(9)

客人满意是最好的回馈

——记永和文瀛饭店行政总厨马满意

本报记者 王锦华



马满意,中国晋菜大师、大同餐饮名师,擅长粤菜、晋菜烹饪,代表菜品曾多次在全国及全省各类比赛中获奖,现为永和文瀛饭店行政总厨。

去永和文瀛饭店就餐,许多顾客都会点一道“铜锅炖羊肉”,而这道菜就是马满意的代表菜品。2020年10月,在“大同市名店、名师、名菜”评选活动中,马满意被评为“大同餐饮名师”,铜锅炖羊肉也入选大同名菜。

1998年,年仅18岁的马满意到我市一家饭店学习粤菜烹饪。学徒的过程很辛苦,什么活儿都要干。但为了尽快掌握粤菜的烹饪技法,他一有机会就认真向师傅请教。因为勤快、有悟性,他很快掌握了主流粤菜的烹饪技法。出师后,马满意先后在永和大酒店、永和食府、永和赵宅私房菜、永和红旗美食城任职。在这期间,他又学习、掌握了山西本地菜、湘菜、川菜等的烹饪方法,并一步步从最初的普通厨师,做到了粤菜主管、副厨师长、厨师长。

2020年,马满意来到永和文瀛饭店,担任行政总厨。他说,以前做厨师,只要做好自己负责的粤菜档口就行。现在做管理工作,要管理、监督每个档口,炒菜、凉菜、面点都要负责。不仅如此,还要发现、培养新人,不断进行菜品研发。尤其在每年春季、夏季更换菜单时,都要根据客人喜好、气候变化去研发适合的新菜品。马满意说,去年,他们推出了以羊肉为主打的菜

品。今年是牛年,他们准备推出几道以牛头为主的菜品,如“牛转乾坤”“鸿运大牛头”等。他告诉记者,在研发新菜品的同时,不仅要考虑菜品的口味是否被消费者接受,还要注重食材的选择。因为新菜品被消费者接受后,就必须保证食材的品质和长久化。

从事厨师工作20多年来,马满意打造出多道自己的代表菜品,如铜锅炖羊肉、三葱爆和牛肉、酱焖嘎鱼、杏脯烧大虾等,并多次在各类比赛中获奖。他曾在2007年第六届全国烹饪技能竞赛中获得团体赛金奖、个人铜奖,在2009年山西省第五届烹饪技能竞赛中获“中式烹饪热菜”银奖,在2009年大同市第二届名宴、名菜、名点、名小吃展示评定中获热菜制作优秀奖,在2011年山西省第二届民间菜竞赛中获个人特金奖,在2019年全国第八届(山西第七届)烹饪技能竞赛中获全国银奖、山西省金奖,同时荣获山西竞赛团体赛金奖。

说起今后的打算,马满意告诉记者,因为喜欢这一行,所以他会继续在这一行认认真真地做下去。今后,他还要在厨艺方面继续钻研,研发更多新的菜品,让客人吃得高兴、开心。只要客人满意,就是对厨师最好的回馈。除此之外,他也希望能多培养一些德才兼备的新人。

吃海参也有禁忌

如今,随着人们生活水平的提高,注重养生保健的市民也越来越多。而海参因富含较高的营养价值,更是受到许多人的青睐。不过,记者在采访中了解到,海参虽然富含营养,但在食用时也有一些禁忌。

记者从有关资料中获悉,海参含有多种天然营养成分,不仅蛋白质含量较高,而且微量元素和氨基酸的成分也很丰富。

采访中,我市一家饭店的厨师冯师傅告诉记者,海参是很好的滋补品,现在很多饭店都推出了各种海参菜品,如葱烧海参、海参木耳烧豆腐等,这些菜品也

很受顾客欢迎。不仅如此,记者在采访中还了解到,如今许多市民也经常在家里做海参粥、海参鸡蛋羹等。不过,冯师傅提醒说,海参的最佳吃法是熬汤或者做粥,这样营养物质是最容易被吸收的。但在烹制海参时不宜放醋,加了醋的海参不但吃起来口感、味道有所下降,营养价值也会大打折扣。

另外,采访中我市某医院的医务人员王女士也提醒市民,对于体质虚弱的人来说,吃海参是比较好的食补法。但每天食用海参最好不要超过一只,以免“上火”。另外,因海参含有丰富的蛋白



质和钙等营养成分,所以不宜与葡萄、柿子、山楂、石榴等水果同时食用,以免出现腹痛、恶心、呕吐等症状。对海鲜过敏的人,以及关节炎和痛风患者也不宜吃海参。 一凡

云中茶事

茉莉花茶里的花香(二)

随着天气逐渐转暖,一杯茉莉花茶会让你更能感受到春日的美好。

关于茉莉花茶的花香,之前我们说的是花的香型与产地。那么,一杯茉莉花香持久不散的花茶是怎么拥有这香气的呢?

茉莉花具有夜晚开花,香气随鲜花开放而不断形成和释放的特点。鲜花开放大多是花瓣的生长运动,开花时花瓣内侧生长大于外侧,导致花瓣向外侧弯曲。一天中不同时间采摘的茉莉花花蕾均在夜晚开放,所以每一个茉莉花花蕾,从在花田里被采摘出来打包好,再到运送至茶厂,运输途中的每一分钟都是相当宝贵的。毕竟除了质量以外,时间也是影响花茶制作成本的重要因素。

如果你有机会观看茉莉花茶的制作,不仅要做好熬夜的准备,也要忍受潮热的煎熬。因为温度是影响茉莉花开放和释香的主要因素,其通过影响呼吸速率、酶的反应、花蕾生长速度及环境湿度起作用。过低的温度会造成花蕾不开或开放度小、香气淡薄,但适当低温可延缓花的开放,从而达到贮藏鲜花的目的。一般认为,茉莉花开放的最适宜温度应控制在33-35℃。另外,相对湿度对花的开放同样重要,它通过温度、水分及香气扩散速度而起作用,目前认为茉莉花开放最适宜的空气相对湿度是80%。最后,有了这些条件,剩下的就是花与茶的完美结合了。

制作花茶也是在考验茶人的心境,每一窨都是茶人对花茶的一层解读。享受春日的美好,从饮一杯茉莉花茶开始吧!

谦益泰



纯正骆驼奶好处多

近年来,随着骆驼奶日渐被人们所了解,喜欢喝骆驼奶的人越来越多,骆驼奶在市场上的需求量也不断上升。那么,骆驼奶究竟是凭借什么受到人们青睐的呢?

据了解,骆驼奶营养成分极高,不仅富含人体必需的18种氨基酸,还含有多种维生素、矿物质,以及丰富的蛋白质、天然乳钙质、不饱和脂肪酸等。中国农业出版社出版的《骆驼乳与健康》记载,骆驼奶中蛋白质与钙含量均高于牛奶,脂肪含量则低于牛奶,并且富含牛奶中缺少的乳铁传递蛋白和溶解酵素,这两种物质可强化人体免疫系统。而且,乳铁传递蛋白还对人体肠道功能有着较强的调节作用,可以促进人体对营养的吸收。

如今,市场上骆驼奶的品牌众多,其中由驼能生物科技有限公司生产的“驼能”牌骆驼奶自上市以来,就凭借纯正的奶源、先进的工艺迅速占领市场。据了解,“驼能”骆驼奶源自新疆天然牧场,并精选优质品种骆驼,奶源品质极佳。为避免破坏营养成分,“驼能”公司还采用瞬时直喷低温高压杀菌技术,最大限度保留了骆驼奶的营养成分。不仅如此,“驼能”系列产品还均获得国家权威机构有机审核认证,真正做到了“四不添加”,即不添加蔗糖、麦芽糊精,不添加香精,不添加色素,不添加防腐剂,是有机健康零添加的骆驼奶。 广告信息

那些美味的饼

煎饼:大众美食 美味诱人

煎饼,是许多年轻人喜爱的美食之一,我们在街边也经常可以见到卖煎饼的小餐车。煎饼散发的诱人味道让许多人难以抵挡,尤其每天早晨,买煎饼的人常常会排起长队。

除了小餐车,如今一些主营煎饼的小店铺也越来越多。与街边小餐车相比,这些主营煎饼的店铺不仅更卫生,而且所经销的煎饼种类更多样。既有中式煎饼、西式煎饼、杂粮煎饼等风味迥异的

煎饼,还有鸡肉卷等,让你吃过之后,会对煎饼有一种全新的认知。其中,中式煎饼也就是我们常见的传统煎饼,香辣适中。西式煎饼虽然用的也是传统的面皮,但里面变成了荷包蛋、生菜、黄瓜条和沙拉酱,口味清新。

据了解,我市许多主营煎饼的小店铺现已成为知名品牌,有的还被评为大同名吃。如果你也喜欢吃煎饼,不妨去尝尝吧。 王锦华

