

舌尖记



# 寻找大同人的美食记忆(二)

## 黄焖鸡块：香酥软嫩 老少皆爱

黄焖鸡块也是老大同“八大件”之一,而且是“八大件”中唯一一道由鸡肉制作的菜品。作为过去大同人在家人团聚或是宴请宾朋时不可缺少的一道菜品,黄焖鸡块深受大同人的喜爱。

据有关资料记载,黄焖鸡块是河南、山东传统名菜,制作此菜的主要食材有鸡肉、笋和木耳等。其中,鲁菜中黄焖鸡块的做法是先将鸡块腌制,之后炸,最后焖煮,这样做出来的黄焖鸡块的口感和家常炖鸡基本相同。

老大同黄焖鸡块的做法与鲁菜系

的做法不同,其在学习了鲁菜黄焖做法的同时又有所创新,形成了自己独特的做法与口感。老大同黄焖鸡块一般没有配菜,制作前要把鸡块放入容器中,加入胡椒面、鸡蛋、料酒、盐、味精、淀粉、葱姜水,抓均匀腌制15分钟。之后将腌制好的鸡块炸至金黄,最后上笼蒸两个小时。用这种方法做出来的黄焖鸡块香酥软嫩、味鲜汁浓、色泽黄亮、入口即烂。

鲁菜中的黄焖鸡块传至大同为何被改良成了“蒸菜”,我们不得而

知。但由于其具有软嫩、原汁原味、味鲜汤清、低油低脂、易于消化等特点,多年来一直深受人们喜爱。不过,近年来,随着人们饮食习惯的改变,整只的烧鸡、香酥鸡、炖鸡更多地被端上餐桌,香酥软嫩的黄焖鸡块渐渐不再是大同人餐桌上的主角了。而且现在的年轻人中,也很少有人会做传统的老大同黄焖鸡块,一些年轻人甚至将街头的“黄焖鸡米饭”与黄焖鸡块混为一谈,这不能不令人感到遗憾。

王锦华

## 盐煎羊肉：肥而不腻 别具风味

盐煎羊肉是一道颇具大同地方特色的招牌菜,也是许多大同人喜爱的美食之一。

盐煎羊肉的制作过程颇为“神奇”:将肉质鲜嫩、肥瘦适宜的当年生或一岁口绵羊肉加工切碎,按照“半只羊一碗水,一只羊半碗水”的比例进行煮制。肉煮熟后,再用盐和大葱翻炒,其他调料一律不用,以保持羊肉的原汁原味。如此烹制而成的盐煎羊肉,肥而不腻、香气四溢,令人垂涎欲滴、百吃不厌。

或许有人会问,为什么羊肉越多,所用的水反而越少?这是因为羊肉肉质鲜嫩,在煮制的过程中,其自身的水分和油分会浸出来,因此肉越多,需要的水反而越少。

在我市,许多饭店都有这道菜,虽然各家的做法大同小异,但味道却各有不同。其中,花园大饭店的盐煎羊肉一般选用带骨羊肉。制作时,要先用胡麻油、羊油将葱、姜、蒜、花椒、干辣椒、大料爆香,再加入羊肉煸炒。之后,将肉放入砂锅,加少许白酒和适量水、盐、味精、胡椒粉,上火煎至无汤汁、羊肉出油后即可出锅装盘。做好的盐煎羊肉,肥嫩香烂、色泽红亮、别具风味。而新马泰饭庄的盐煎羊肉,选取的是35斤左右的小羊身上的羊排,成菜不仅完全保留了清真羊肉菜品不膻、不腻的特点,而且还将盐煎羊肉的肥嫩、轻咸、浓香等特点充分发挥出来。

一凡

## 豆腐粉：食材普通味道香

关于大同的豆腐粉,记者在网

上查了好多资料,也没有找到它的“前世今生”,搜索到的答案只有两个字——好吃!

记者对豆腐粉的热爱,还是从一家没有招牌的小店开始的。每天一大早,这个小店便开始人来人往。老板留着花白的山羊胡,经常还叼着根烟。据说他做豆腐粉已经40年了,所以从他的从业年限来说,豆腐粉至少已经有40年的历史了。

老板对于豆腐粉的解释很简单,就是豆腐和粉。可就是这么简单的两种食材,却被做成了一道不简

单的美食。做豆腐粉对豆腐有很高的要求,一定要选卤水浆点的豆腐。先把豆腐切成1厘米厚片,上锅大火蒸制15分钟。这时,豆腐上就会出现很多孔,更容易入味。等豆腐放凉,将其切成细条,再加调料腌制。制作汤料时要先把油熬热,并加入葱、姜、八角、花椒、小茴香等多种调料。出香味后捞出调料,待油放至六成熟时,将油缓慢加入辣椒粉中,并不断搅动。吃的时候,高汤煮过的蒸豆腐加上粉条,再淋上浓香四溢的红油,看着就香。再配上小油饼、茶叶蛋,蘸着汤汁吃,一个字——“香”!

孟维鹏

## 大同羊杂：鲜香扑鼻 油而不腻

说到大同的传统美食,就不得不说羊杂。

羊杂是大同比较有代表性的美食之一,是用羊的心、肝、肺、肚、肠、血等原料烹制而成。一般有两种,一种是全羊杂,一种是粉羊杂。但无论哪一种,都鲜香扑鼻、油而不腻,令人垂涎欲滴。

据说大同人吃羊杂始于元朝,“杂割”一词还是忽必烈之母所赐。相传,元世祖忽必烈由晋地入中原,途经曲沃县时,其母庄圣太后染疾。曲沃名医许国桢为其诊治痊愈,遂成为忽必烈之母

的宠信御医,许母韩氏也随之侍奉庄圣太后。一天,韩氏将羊下水洗净、煮熟,配以大葱、辣椒吃,发现其味甚美,遂敬献太后品尝。太后吃罢,浑身大汗淋漓,顿觉神清气爽,当即赐名“羊杂割”。

大同最早的羊杂并没有粉条之类的东西,当时的羊杂就是我们所说的纯羊杂,包括羊心、羊肝、羊肺、羊肚、羊肠等。而且其味更纯,调料主要以油、盐、葱、姜、蒜、胡椒为主。据老年人讲,他们记忆中的羊杂,是要加白菜

的,这样的羊杂不腻,而且还能冲淡羊膻味。直到上世纪五六十年代后,大同的羊杂才开始加入粉条,做法也简单了许多,并渐渐成为我们大家现在熟悉的粉羊杂。

现如今,大同的羊杂店几乎遍布大街小巷,其中比较出名的有帅府街羊杂、贺老人羊杂、张老人羊杂等。当一碗热乎乎、香气四溢的羊杂端上桌,调进油汪汪的红辣椒,光是看着就会立刻让你胃口大开。如果再配上刚炸出来的油饼,美味更是让人难以抵挡。

孟维鹏



■广告

2021《大同晚报·美食周刊》大同日报传媒集团全媒体美食频道战略合作伙伴

**蒙度毛肚火锅**

越懂火锅 越爱毛肚

龙园店:水泉湾龙园D区1号商铺 电话:7969888  
花千树店:太和路与重熙街交汇处 电话:6204888  
百盛店:清远西街百盛购物中心3楼 电话:19903526250

**大同市餐饮饭店业协会**

打造美食之都  
弘扬美食文化

**云冈黄酒**

大同云冈酒业有限责任公司  
销售热线: 0352-5520900

**谦益泰茶莊**

让端起茶杯的人都成为爱茶的人

地址:鼓楼古玩城三楼305  
电话:15803423777