

平城味道记忆(6)

纷繁复杂的老大同宴席

本报记者 牛瑞芳

宴席,又称筵席,历史悠久,起源于原始聚餐和祭祀活动,是中国饮食文化的重要组成部分,后逐渐发展演变为今天的宴席:迎宾宴、婚宴、寿宴、生日宴等。那么,老大同的各类宴席有啥讲究、有啥菜?听赵富平一解读。

老大同的宴席分为八八席、六六席、四四席,最高级别的是八八席,其次是六六席,再次为四四席。席制与“平城味道记忆(1)”中所述年夜饭标准一致,这些宴席同样适用于婚、丧、嫁、娶、生日宴、寿宴等。

1949年后,因曾经的宴席有些铺张,老大同厨界的匠人们便共同研究开发出“八大件”与四拼八样的宴席标准。“八大件”包括烧猪肉、黄焖鸡、黄焖丸子、八宝饭、小酥肉、过油肉、糖熘山药、糖醋里脊、虾籽烧肚片、肉片炒青椒、红烧鱼等。根据季节时令,选其中五个蒸菜、三个炒菜即可。凉菜为四拼八样,即一个凉盘中拼两道菜:酱肉和洋米海蜇、猪肝和辣子白菜、灌肠和胡芹桃仁、广东肉和豆腐干菠菜或糖醋萝卜,一荤一素搭配而成。何为广东肉?即把肥五花肉片划上道、腌制,然后用油炸,炸干后切成小块。

这个宴席标准延用于20世纪50年代—70年代,有的宴席为了省钱,去掉

四拼八样,只上一个攒盘。攒盘就是取一个大圆盘,先用凉拌粉条打底,再将酱肉、灌肠、糖醋萝卜、豆腐干菠菜、洋米海蜇、胡芹桃仁“披”在粉条上,形成一个“山”形,“山顶”上用12牙儿煮鸡蛋摆成莲花状,每一牙儿鸡蛋摆放时要缝对缝,犹如砌墙一般。由于攒盘的摆盘是一个技术活儿,可顶一个“大菜”,这时的宴席上去掉一个炒菜。20世纪80年代后,宴席演变为八大八小;20世纪90年代演变为十大十小,其他菜品没变,只加了红烧海参、白扒鱿鱼卷或糖醋鱿鱼卷、虾籽烧蹄筋等。

为了体现厨师的技艺,这些宴席上还会用凉菜做拼盘来表达美好的寓意:婚宴时拼龙凤呈祥盘或孔雀开屏盘,小孩过生日时拼一个长命百岁盘,老年人过寿时上一碗大富大贵长寿面。老寿星还要加甲鱼菜品,寓意福寿延年。

龙凤呈祥盘用萝卜雕刻成龙头、龙尾、凤头、凤尾的造型,龙、凤的身体部分则充分发挥厨师的想象力,用各种凉拌菜、蒸蛋脯摆放。蛋脯有白色的,也有用菠菜汁染成绿色的。长命百岁盘用蒸蛋脯摆成莲花状,并用高丽糊脱一个圆扁形饼摆在中间,再在上面用番茄酱或甜面酱写上“长命百岁”四字。何为高丽糊?即将蛋清、白面、粉面搅成

糊,装入碗中或盘中蒸出需要的圆扁形,一般蒸3分钟脱出即可。一碗长寿面配料则要有9种,寓意长长久久,有红丸子(珍珠丸子)、白丸子(珍珠丸子)、烧肉片、海参、鱿鱼、菜心、虾仁、胡萝卜片、鸽子蛋。



云中茶事

“鲜”尝一杯绿茶

每年的这个时候,绿茶总是受到众多茶友们的期待。不过话说回来,很多茶友满怀期待地泡上一杯绿茶,口感却是又苦又涩,喝不出一丝鲜爽的感觉,这到底是怎么回事?怎样才能品尝到绿茶甘醇鲜爽的口感呢?

绿茶冲泡后,滋味寡淡,缺少鲜爽的感觉,观其茶汤浑浊,且碎叶居多,那很有可能是茶叶本身的质量有问题。当然了,绿茶常见的一些品质问题可不只是这些,还包括水闷气、烟气、青涩味、红梗红叶等等。很多时候,评鉴一款茶的品质,要从干茶、香气、汤色、滋味、叶底几个方面来看。比如,在香气方面,杀青温度过低会出现水闷气,炉灶漏烟会出现烟味,杀青温度过高可能会有焦气等等。在汤色方面,杀青温度低会出现黄汤或是红汤,揉捻过度可能会导致汤色浑浊。在味道方面,杀青温度过低会有熟闷味,鲜叶不经摊青直接制作会有青涩味,揉捻过度会有苦涩味等等。所以,一杯好喝的明前茶,无论是选料还是制作,都是很不简单的。

最后,好的绿茶也需要用适当的方法去冲泡。比如,上投法要先倒水,再放茶叶,让茶叶慢慢沉下去。这种方法适合身骨重、多芽毫的茶叶,如碧螺春、信阳毛尖一类的名优绿茶。中投法要先倒水,大概注水到容器三分之一的位置,然后放茶叶,等茶叶浸润一会儿,再注水。这种方法一般适合泡龙井一类的绿茶。下投法要先放茶叶,再倒水。像太平猴魁、六安瓜片一类的绿茶适合用此方法泡,它们的叶片不算特别嫩且面积大,如果想要滋味更饱满,就最好先放茶叶再倒水。

好了,说了这么多,好好选择一杯适合自己的绿茶尝尝鲜吧! 谦益泰

食用油经常换着吃更健康



在日常生活中,我们每天炒菜都离不开食用油。可是,如今市场上的食用油种类繁多,让消费者不知该如何选择。

日前,记者在我市一家超市的食用油专卖区看到,食用油的品种有六七种,每个品牌又有不同的品种,如花生油、大豆油、菜籽油、亚麻籽油、玉米油、葵花籽油、棕榈油、橄榄油、山茶油等等。正在挑选食用油的王女士对记者说,她也不清楚哪种油更好,通常都是挑一些知名品牌的食用油,觉得

知名品牌在质量上应该更让人放心一点。

食用油与我们的生活息息相关,对我们的身体健康也会有一定影响。那么,食用油怎么吃才更健康呢?采访中记者了解到,有的消费者觉得哪种油香,多年来便一直只吃这一种油。其实,这种做法是不正确的。据有关资料介绍,不同食用油的脂肪酸构成不同,营养特点也不同,消费者在日常生活中应经常更换食用油的种类。而且,烹调方式不同,最好选用不同的食用油。如亚麻籽油、橄榄油比较适合做凉拌菜,大豆油、菜籽油、花生油等适合用来炒菜,棕榈油则比较适合煎炸。另外,在烹饪时一定要

要控制油温。因为油温过高,一方面更容易发生氧化聚合反应,生成一些有致癌风险物质;另一方面,也容易使食物中的营养物质流失。

除此之外,市市场监督管理局有关工作人员提醒,消费者在挑选食用油时要注意看配料表。一是看是否添加了转基因原料;二是看脂肪和维生素E的含量,这两种成分的含量越高,说明油的品质越好;三是看胆固醇和钠的含量,这两种成分的含量一定要为零。另外,如果平时做饭较少,最好买小桶油。因为食用油打开后,放的时间越长,越容易变质。(一凡)

解读“云冈”酒

春季也适宜饮黄酒

黄酒,采用传统工艺酿造而成,富含多种人体所需的氨基酸、蛋白质和维生素,自古以来就被当做养生酒饮用。尤其在乍暖还寒、气温飘忽不定的春季,具有温经散寒、补益气血、活血化瘀、健脾温胃功效的黄酒十分适宜饮用。

据有关资料记载,黄酒含有多酚、类黑精、谷胱甘肽等成分,已检出的无机盐达18种,包括钙、镁、钾、磷、铁、锌等。另外,黄酒中不仅含有丰富的维生素B、E,其蛋白质含量也较高,是啤酒的4倍。而由大同云冈酒业有限责任公司生产的云冈黄酒,以晋北地区特有的营养丰富

的黍米为基料,遵循传统黄酒酿造方法制作而成,为山西省优质产品。而且云冈黄酒在酿造过程中还保留了黍米原有的多种营养成分,这些物质都有益于人体健康。不仅如此,云冈黄酒酒精含量较低,是名副其实的美味低度酒,适合日常饮用。

不过,黄酒虽好,也不是人人都适宜的。如肝病患者就不宜饮用,因为黄酒毕竟含有一定量的酒精,肝病患者肝功能不健全,对酒精的解毒能力下降,易使肝细胞受到损害。另外,慢性胃炎患者也不宜饮用,因为黄酒中含有的一些特



殊成分能减少或阻滞胃黏膜合成,从而使胃酸损伤胃黏膜有了可乘之机。(一凡)

谦益泰 Qianyi Tai Tea House
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

零添加的纯驼奶

近年来,骆驼奶在市场上的需求量不断上升。而在众多的骆驼奶品牌中,由驼能生物科技有限公司生产的“驼能”牌骆驼奶,受到许多消费者的喜爱。那么,“驼能”骆驼奶是如何赢得消费者信赖的?

为了给消费者提供健康营养的纯骆驼奶产品,“驼能”公司实地考察了新疆多个骆驼奶源牧区,最终选定了位于北纬47°的牧区。这里独特的地理环境,为骆驼提供了极佳的食物环境和生存环境。在这个环境中长大的骆驼身躯高大,奶源品质极佳。

由于骆驼奶的运输和保存需要在低温环境下进行,而牧民生活具有极大的流动性,不便于骆驼奶的采集和保存。为此,在保证骆驼奶新鲜度和制作工艺的前提下,“驼能”公司与靠近牧区且多年从事骆驼奶生产加工的正规大型企业进行合作,并且进行全优标准检测,拒绝劣质奶,杜绝牛、羊奶等掺入,杜绝兽药、重金属残留和塑化剂等污染。在运送过程中,采用食品级不锈钢奶罐储运,并且24小时全程低温“保活”储存运输。不仅如此,在生产过程中,也真正做到了“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,以及六“零”保障,即零农药/化肥、零人工合成激素、零转基因物质、零麸质谷蛋白、零抗生素、零重金属污染。(广告信息)