

时令味道⑦ 立夏

几近消失的鸡蛋“神仙吃法”

本报记者 牛瑞芳

立夏，是二十四节气中的第七个节气，也是夏季的第一个节气。立夏后，日照增加，逐渐升温，雷雨增多。立夏还是标示万物进入生长旺季的一个重要节气，时至立夏，万物繁茂。

立夏时节，“绿树阴浓夏日长，楼台倒影入池塘”的景象只在南方呈现。对于大同而言，依旧处于“红紫斗芳菲”的暮春。

据有关资料显示，在立夏节气，许多地方都有吃“立夏蛋”的习俗。鸡蛋是人们常见的食材之一，吃法较多，蒸、煮、煎、炒样样皆可，袁枚的《随园食单》中就有蒸鸡羹和煮茶叶蛋的描述。采访中我市厨界大师赵富平告诉记者，鸡蛋在老大同的菜单上有许多“神仙吃法”，现已鲜见。鸡蛋这种最普通的食材，在老大同厨师手中幻化成珍馐美味，可登大雅之堂，上各式宴席。

糖醋油包蛋。取1个鸡蛋打入勺子中，将勺子放入油锅中轻轻晃动，边晃边炸，炸至金黄捞出，如此重复操作10个鸡蛋。锅中熬糖醋汁，放入炸好的鸡蛋迅速

翻炒，淋明油，出锅装盘后再撒京糕丁、青豆。此菜黄、红、绿三色夺目，甜酸脆嫩，色味俱佳。

海米烧蛋脯。取鸡蛋5个打入容器中，加入两蛋壳水，打散。慢火蒸成偏老的鸡蛋糕，晾凉后切骨牌片。起锅烧油炝锅，加少量水、海米，烧片刻后加入鸡蛋糕，略微烧制，勾薄芡、淋明油，便可出锅。此菜口味咸鲜，又有一点回甜，软嫩可口，老少咸宜。

凤眼蛋。将鸡蛋煮熟、剥皮，从中间切开，取出蛋黄，蛋白形成小窝。猪肉馅加调料、粉面拌匀，团成小丸子放入蛋白中，上笼蒸约15分钟。用鸡汤勾兑成汁，浇在蒸熟的蛋白上。之后是点睛之笔——在肉丸子处放一粒枸杞，形成真正的“凤眼”。此菜形神兼备，咸鲜中带有酱香味，风味独特，口感甚佳。

熘黄菜。黄菜即为鸡蛋。取4个鸡蛋打入碗中，加少许淀粉、盐、糖打散，泡软的海米切成细小颗粒。打散的鸡蛋倒入锅中，边炒边将鸡蛋弄成圆饼状后倒入盘中，

撒入海米颗粒即可。此菜虽然看似简单，但对烹饪技术要求极高，淀粉、盐、糖的配比全凭厨师感觉，火候把握更为严格，既要熟又要不老。此菜软、滑、嫩，还带有海米的芳香。赵富平介绍说，民间席、六六席、四四席都有此菜。在上世纪90年代，我市个别饭店的菜单上还有此菜，现如今几近消失。

鸡蛋也可拔丝？老大同的“讲究菜”中竟然有一道拔丝黄菜(鸡蛋)。赵富平说，此菜制作较为繁复。取3个鸡蛋打入碗中，加3两粉面打散。锅中抹油，倒入蛋液，慢火摊一个约0.5厘米厚的蛋饼。将蛋饼切象眼块，调制“喇嘛糊”，将蛋块裹糊，入油锅炸至金黄捞出。熬好拔丝汁加芝麻，再放入炸好的蛋块，迅速翻炒出锅即可。此菜甜酸脆嫩，十分爽口。何为“喇嘛糊”？赵富平介绍说，用鸡蛋、粉面、白面按比例调制的糊即为“喇嘛糊”，因颜色较黄而得名。

老大同饮食文化着实别具意趣，令人叹服。



马兵月饼柳港园店“五一”开门迎客

5月1日，马兵月饼柳港园店盛大启幕。这家经营老大同传统月饼、糕点的老字号正在逐步升级——“马兵月饼”，不只有月饼。

马兵月饼柳港园店是“马兵月饼”时尚店，营业面积近200平方米。主要经营月饼、饼类、干点、小西点、生日蛋糕、面包等九大类上百个品种。

“马兵月饼”始创于1999年，20多年来始终恪守“质量第一”“做良心买卖”的经营之道。“口碑比利润更重要”

更是“马兵月饼”多年来坚守的初心。为了保障产品质量，“马兵月饼”开设自己的油坊，选用出油率低但香气浓、色泽亮的本地胡麻籽榨油；葡萄干、核桃仁、白糖等辅料，都由专人严格把关；上好的冰糖、优质的蜂蜜、新西兰奶粉等，也都是“马兵月饼”产品备受青睐的保障。2022年8月，马兵食品有限公司正式投产。公司占地约4000平方米，生产车间约3000平方米，共有两条生产线。至此，“马兵月饼”从当年只有5平



方米的小铺子走上了专业化、品牌化道路。如今，“马兵月饼”不只有月饼、糖三角、锅盔，还包括传统糕点、西点、面包等上百个品种。
(牛瑞芳)

大同美食

凉粉：滑嫩爽口风

大同凉粉是以土豆淀粉为原料制作而成的，做好的凉粉清亮、滑嫩、爽口。

大同的凉粉店很多，较有代表性的有玉兰凉粉、顺意凉粉、春叶凉粉、萍萍凉粉等。虽然大同凉粉都是主要用盐汤、酱油、辣椒油、醋、香油、味精、葱花进行调味，再配以香菜、豆腐干等，但各家的风味不同。其中，春叶凉粉筋道、爽滑，里面还配有油炸小花生米，葱花

也都是用油炝过的。吃起来不仅清爽，更是满口留香。顺意凉粉晶莹剔透、柔而筋道，辣椒油不辣但很香，再佐以其他食材，食之醇香爽口、回味无穷。

当然，大同凉粉中最为有名的还是浑源凉粉。浑源凉粉配料十分讲究，除醋、蒜水、葱花、黄瓜、香菜等外，还配有莲花豆、豆腐干和辣椒油等。而且，浑源凉粉的辣椒油是按独特配方制作成



的，有清而不腻、辣而不涩、香而纯正的特点。浑源凉粉中有许多知名品牌，如恒宗凉粉、小媳妇凉粉、大喜凉粉、三合义凉粉等，浑源凉粉制作技艺还被列入山西省非物质文化遗产名录。

(锦华)

云中茶事

挑选安吉白茶有方法

生活中，有不少人误以为安吉白茶属于白茶类。那么，安吉白茶和白茶有什么区别，如何挑选安吉白茶呢？

采访中记者了解到，安吉白茶之所以称为白茶，主要是因为茶芽嫩叶全为玉白色和白色的缘故。而且，安吉白茶的茶树产“白茶”时间很短，通常仅一个月左右。一般来说，在清明前萌发的嫩芽为白色；在谷雨前色渐淡，多数呈玉白色；谷雨后至夏至前，逐渐转为白绿相间的花叶；夏至后，芽叶恢复为全绿，与一般绿茶无异。六大茶类之一的白茶，则因成品茶多为芽头，满披白毫，如银似雪而得名。

据紫玄和茶庄的茶艺师介绍，挑选安吉白茶可以从干茶色泽和汤色来辨别优劣。优质安吉白茶干茶芽叶匀整，毫多而肥壮，色泽鲜亮而有光泽，嫩香持久。冲泡后，汤色杏黄或杏绿，清澈明亮，芽叶明显可辨，叶白脉绿。品饮后，鲜爽甘醇，几乎没有苦涩味，并且唇齿间长久留有香气。

(一凡)

紫玄和茶庄

安吉白茶 杭州龙井

地址：东信茶叶街926号

电话：13513524658

■广告

2023《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

