

“面”见大同

多姿多样的饼（上）

本报记者 牛瑞芳

饼,是我国古老的主食之一。著名学者张光直在《中国文化中的饮食》中指出:饼起源于东汉。根据《释名》,面食被称为“饼”,是因为这个字表示混合了(“并”)面粉和水。书中还记述了西晋的束皙作了一篇《饼赋》,专门提到揉面的技巧,生动地描述了厨师揉面的情形:“面弥离于指端,手萦回而交错。纷纷馐馐,星分雹落。”

饼在大同面食中有着举足轻重的地位,品种丰富多样,制作方法纷繁复杂。其食品属性与大同面食的代表面条相比,无论内涵还是外延都更加广博。从豪华官府宴的宴席之上到寻常人家的灶台间,都有饼的身影。本期“‘面’见大同”,由我市厨界大师赵富平讲述一下大同的饼。

赵富平介绍说,大同饼的主要食材是白面,从制作方法上可分为两大类,即带馅的和不带馅的;从和面的方法来说可分为四类,即擦酥(开酥)、发面、死面、烫面;从烹饪方式上可分为四类,即烙制、烤制、烙烤结合和蒸制;从形状上可分为两类,饼和火烧。这些烹饪方法又可以重新排列组合,故而可幻化出多姿多样的饼。

赵富平说,老大同官府宴和一些高端宴席上出现的饼有什锦全饼、芙蓉饼、雪花饼、水晶饼、脂油玫瑰饼、脂油澄沙玫瑰饼、五仁饼、夹馅清油饼、扑霜清油饼、梅

花饼、八卦饼、桃花饼、香油五仁饼、翻毛饼、京糕白皮火烧、糖火烧、酥皮肉火烧等等。这些饼虽然称为饼,但在宴席上并不是主食,而是甜点。这些饼绝大多数制作时面皮都要擦酥,且带有馅料。以什锦全饼为例,光是馅料制作就颇费工夫。取瓜仁、麻仁、桃脯、杏脯、桃仁、花生仁、果脯、梨脯、青丝、红丝等不低于10种食材切碎,白面不添加任何东西上笼蒸20分钟,晾凉后捏碎,过筛,将极其细腻、蒸熟的白面加入什锦馅中,再加麻油、白糖拌匀。馅料要油润适中,可团成团。包好的饼放入饼铛中,烙至两面金黄即可。什锦全饼酥、脆、嫩,清甜可口。什锦全饼属大饼,约为7寸(饼的直径),出锅后切成16牙儿,上桌时还要撒一层不加白面的什锦馅料。这些饼除了7寸饼外,还有5寸饼、3寸饼。3寸饼小且厚,多为火烧。这些饼的馅料有什锦馅、五仁馅、水晶馅、糖馅、玫瑰糖馅,馅料主要食材多有变化,其他制作程序与什锦全饼一样。

采访中赵富平对记者说,老大同这类“高级饼”不仅好吃,还各具特色。有的色泽漂亮,金黄、鹅黄、雪白、白中泛黄。有的外形美观,如桃花饼,饼面上用染成粉红色的白糖和绿菜摆出桃花图案;八卦饼,用京糕条(山楂糕)、白糖、红绿樱桃摆

出八卦图案;芙蓉饼,用红色印章和香菜叶搭配白色的饼;梅花饼,饼本身就做成四瓣梅花形状。有的做工精巧,如翻毛饼的饼皮用嘴一吹,可将酥皮吹起。“老大同

著名面点师武殿仕做的翻毛饼,捏碎随手一扬,酥皮像雪花一样纷纷落下,非常美观。”赵富平说,只可惜这些饼现大多已失传,鲜能见到。



大同美食

酸汤羊肉：酸辣爽口 别有风味



在大同,有一道菜虽不是当地传统美食,却是许多饭店都会有的一道菜,而且很受大同人的喜爱,这道菜就是酸汤羊肉。

酸汤羊肉的做法很简单,食材只需

羊肉、酸菜、金针菇、粉条、泡野山椒。制作时,先将泡野山椒切碎,葱、姜、蒜切末,金针菇、粉条清洗干净,羊肉焯去血水后捞出备用。之后,锅中热油,放入葱、姜、蒜煸香,再放入泡野山椒、酸菜炒出香味。加水煮开后,放入粉条、金针菇和焯好的羊肉,熟后关火,调入盐、鸡精、胡椒粉和白醋,再撒上香菜末即可食用。做好的酸汤羊肉酸辣辣的,又去除了羊肉的膻味。吃一口,会瞬间让人胃口大开。

酸汤羊肉是大同许多饭店都有的一道菜,虽然配料可能会有些许不同,但酸辣的口感基本一样。而且,大同羊肉味香、肉嫩、质鲜、外表美观,在全国也十分

有名。因此,用大同当地产的羊肉与酸菜熬制成的酸汤羊肉,自然别有特色。同时,这道菜也易消化,并有良好的滋补作用,外地来的游客一定要尝一尝。(一凡)

马兵月饼

传统工艺 风味美食

一部:平城区向阳东街红旗集贸市场北门对面

二部:平城区明堂公园东门柳泉街

三部:平城区柳港园A区A3-5号商铺

电话:13233525885 0352-8888185

我家厨房

酸菜白肉粉丝锅

最近气温逐渐下降,晚上回家后就想吃一口热乎乎的饭菜。在此,就为大家推荐一道特别适合天气寒冷时吃的菜:酸菜白肉粉丝锅。

食材:五花肉、酸菜、粉丝、口蘑、海米。

做法:五花肉洗净放入锅中,放葱段、姜片、大料,加水没过肉,大火煮开后转小火,煮到能用筷子扎进去即可。将煮好的五花肉捞出,另起锅热油,加入老

抽,再将五花肉猪皮朝下放入锅中,以便上色。之后,将五花肉夹出,彻底晾凉后切成薄片。将酸菜丝放入砂锅中,铺满锅底,再把泡软的粉丝铺在酸菜丝上,将切好的五花肉片、口蘑片、海米都放入砂锅中,注入煮肉的原汤,汤要没过所有食材,开火炖约20分钟即可。做好的酸菜白肉粉丝锅,肥而不腻,特别鲜美。

(孟维鹏)



云中茶事

饮茶误区要避免

如今,喜欢喝茶的人越来越多,但一些刚开始喝茶的人,难免有一些错误的饮茶方式。这些错误的饮茶方式,对身体健康不利。

据紫玄和茶庄的茶艺师介绍,经常喝茶对身体健康有益,但在饮茶时也要避开一些误区。如许多人喜欢喝浓茶,实际上浓茶并不利于身体健康。这是因为浓茶中含有大量的咖啡因、茶碱等物质,刺激性较强,会导致失眠、胃痛等症状的发生。另外,人们都知道隔夜茶不能喝,其实这个“夜”也不特指晚上。一般来讲,放置6小时以上的茶汤就不要再喝了。这是因为茶叶中的茶多酚、类脂、芳香类物质会自动氧化,茶汤久泡不饮,不仅会汤色变暗、风味大减,而且营养价值也会降低。除此之外,茶汤也不宜过热,以免烫伤口腔、咽喉及食道黏膜。

那么,怎样喝茶才能对身体有好处呢?紫玄和茶庄的茶艺师提醒说,除了尽量避免喝太烫的茶和浓茶外,茶友还应根据自己的体质来选择茶叶,如燥热体质的人宜喝凉性茶,虚寒体质者宜喝温性茶。另外,节令、气候不同,喝茶种类也应做相应调整,也就是人们常说的“春饮花茶,夏饮绿茶,秋饮青茶,冬饮红茶”。(一凡)

紫玄和茶庄

安吉白茶 杭州龙井

珍稀白茶 原价800元 现价480元 闪送到家

地址:东信茶叶街926号

电话:13513524658