

时令味道(19)立冬

去“君宴”品和牛火锅

本报记者 牛瑞芳



立冬，是二十四节气的第十九个节气，也是冬季的起始。冬季以“立冬”为起始，至“立春”前结束。冬，终也、万物收藏也。立冬，意味着生气开始闭蓄，万物进入休养、收藏状态。

地处北方的大同，进入冬季，天气寒凉，火锅便开始大行其道，老大同涮羊肉、老大同什锦火锅、川味火锅、潮汕火锅等等，不一而足。今冬，我市又有了和牛火锅。众所周知，和牛火锅是火

锅中的“天花板”。在这个火锅季，何不去君宴和牛火锅品味初冬的味道？

位于同泉路的君宴和牛火锅，同时还是一家精品粤菜馆。君宴和牛火锅的侯大厨首先对和牛做了一下“名词解释”：和牛是当今世界公认的品质最优秀的良种肉牛，其肉大理石花纹明显，又称“雪花肉”。和牛的肉多汁细嫩、风味独特，肌肉脂肪中饱和脂肪酸（动物油脂）含量很低，营养价值极高。据侯大厨介绍，和牛是牛肉中的“劳斯莱斯”，从4至12共分为9个等级，级别越高，表示牛肉的花纹越像大理石纹。达到9级以上便是很高级的牛肉了，12级为顶级。

记者在采访中了解到，君宴和牛火锅为确保肉品质量和口感，牛肉全都空运直达。高端的食材，往往只需要最朴素的烹饪方式。君宴和牛火锅是每一个人一个单独小火锅，火锅底料只有矿泉水、葱段、姜片、枸杞。侯大厨还为食客们解锁了在“君宴”吃和牛火锅的方法：水开后转至小火，锅内水面呈水开而不沸腾、底部轻微冒泡状态即可，这样的水温比较平和，刚好能保持和牛入水5—8秒烫熟的状态。之后，将肉整片放入口中，此时奶香味最为浓郁，肉片脂肪爆汁，入口即化。君宴和牛火锅的蘸料也很简单，秘制的海鲜汁里加蒜片、香菜等即可。

君宴和牛火锅的每一款牛肉都独具风味，A3雪花口感滑嫩，而且带有脂肪香和自然的甜味；A4雪花口感醇厚，牛肉香味十足，略带回甜；雪花牛仔骨味道鲜香，吃起来很有嚼劲，且入口后还留下一股浓郁的牛肉香味；招牌霜降雪花肉质细腻，口感嫩软，香味浓郁。



“瑞世佳典”获五星级“金牌后厨”称号

日前，瑞世佳典宴会主题酒店（恒安店）在我市餐饮行业开展的“食在大同金牌后厨”创建活动中，荣获五星级“食在大同金牌后厨”荣誉称号。

瑞世佳典宴会主题酒店（恒安店）于2017年1月开业，建筑面积13000余平方米，内设多个风格迥异、主题色彩凸显的宴会大厅。酒店菜品以“文化、健康和美味”为主题，结合各大菜系和大同美食的特点，为顾客提供“百年好合宴”“龙凤呈祥宴”等不同特色主题宴席，并以“喜庆、时尚和永恒”为婚庆主题内涵，为顾客营

造个性化庆典氛围。

“食在大同金牌后厨”创建活动从今年3月开始，由市市场监管局负责，市消费者协会具体实施。创建活动范围涵盖全市大中型餐饮企业、企事业单位食堂（含学校食堂、幼儿园食堂）、中央厨房和集体用餐配送单位、餐饮类小经营店。评选中，市人大代表、政协委员、媒体记者、消费志愿者与行业专家和执法人员一起走进各餐饮单位进行食品安全监督检查，从环境卫生、食品原料采购、食品制作加工、餐饮具清洗消毒等10



个方面进行现场打分，并结合公众满意度投票，综合评价计算总分。最终，36家餐饮单位获得“食在大同金牌后厨”荣誉称号。其中，五星级5家、四星级20家、三星级11家。（锦华）

大同美食



豆腐干，是豆腐的再加工制品，咸香爽口，硬中带韧。因在制作过程中添加了食盐、茴香、花椒、大料、干姜等调料，既香又鲜，久吃不厌，还有“素火腿”之称，是拌凉菜或炒热菜时的极佳原料。

广灵豆腐干是大同地方特色食品，

以新鲜的黑豆为主要原料，通过浆水发酵的方式手工制作而成。而且，制作过程非常严格，只使用天然佐料，如花椒、茴香和大料，不添加任何化学物质，以保留其本身的口感和营养成分。一般有咸的和熏的两种，咸的又分为豆腐干和豆腐筋。

广灵豆腐干具有独特的风味和口感，筋、韧、香，让人回味无穷。而且，广灵豆腐干还富含多种营养成分，如蛋白质、脂肪和碳水化合物等，曾在2001年的中国国际农业博览会上荣获金奖，并通过了绿色食品认证。

广灵豆腐干深受大同人喜爱，其不

仅可以作为零食品尝，还可以作为菜肴里的主要原料使用。不论是烧烤、炒菜还是煮汤，广灵豆腐干独特的香味和口感，都会给你带来别样的美味享受。（一凡）



云中茶事

这样泡红茶效果好

红茶，属于全发酵茶，是以茶树的芽叶为原料，经过萎凋、揉捻、发酵、干燥等工艺精制而成。因其干茶色泽和冲泡的茶汤以红色为主调，故名红茶。生活中，喜欢喝红茶的人很多，主要是因为其茶性暖，对身体健康大有益处。不过，要品尝到红茶的上好滋味，冲泡方法也是很重要的。

据紫玄和茶庄的茶艺师介绍，茶友在冲泡红茶时要想有好的效果，在用水、投茶、冲泡时间等方面都是要讲究方法的。首先，要将新鲜冷水煮沸，因为只有新鲜的冷水里才饱含空气，有助于把红茶的香气充分引导出来，而隔夜的水、二度煮沸的水，都是不适合用来冲泡红茶的。其次，水开后，还应进行温杯，以提高茶杯温度，更好地激发茶香。茶叶用量也是冲泡一杯好茶的关键，建议用5克的茶叶去冲泡2杯的量，这样既能充分发挥出红茶香醇的味道，也能享受到续杯的乐趣。另外，也要注意冲泡时间，一般以10—20秒为宜，以便更好地释放出茶叶的芳香。之后，每一泡再相应递增时间。除此之外，紫玄和茶庄的茶艺师也提醒说，喝红茶时，最好选择底浅、杯口较宽的茶杯，这样可以更好地享受茶香、欣赏茶色。

现在，天气渐冷，闲暇时不妨泡上一壶红茶，鲜甜浓醇的口感，一定会让你的身心都暖暖的。（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

我家厨房

山药蒸肉饼



冬季，人们不仅喜欢吃热乎乎的食物，还会有意识地选择一些温补食品，以达到强身御寒的效果。而山药营养丰富，自古即被视为滋补佳品。在此，就为大家推荐一道适合冬季进补的山药蒸肉饼。

食材：山药、五花肉、鸡蛋、大葱。

做法：将五花肉剁成馅，加食用油、生抽、蚝油、淀粉、白糖、料酒、盐、十三香、蛋清、花生油搅匀备用；再将山药去皮，切成薄厚均匀的小片。取一个蒸盘，把切好的山药片沿盘子的边缘摆成一圈，中间放入腌制好的肉馅，并在肉馅的中间挖一个小洞，打入一个鸡蛋黄。蒸锅加水烧开，放入蒸盘，大火蒸15到20分钟左右。蒸好后，取出蒸盘，将蒸出的水倒入一个小碗中，加入生抽、蚝油、淀粉、白糖搅匀，然后倒入锅中，小火煮至冒泡。最后，将酱汁淋到山药和肉饼上即可。冬季吃这道菜，滋补又营养，还特别御寒。（孟维鹏）