

“面”见大同

## 饱含乡愁的莜面（下）

本报记者 牛瑞芳

在我市大多数县区的农村，莜面是“当家”的主食。在巧妇们的手中，莜面可以幻化出多种吃法，再选个“搭档”，变化一下配菜，又可衍生出众多莜面美食，颇为神奇。

土豆，大同人嘴里的山药蛋无疑是莜面的最佳搭档。山药与莜面结合，可以组合出多种美食，除了常见的莜面饨饨、块垒外，还有抿八股、山药丸丸、玻璃饺子、山药片片等。

今年55岁的冯板女是新荣区花园屯镇西寺村人，因做得一手好莜面，被西寺·花仙谷民宿雇用，专职做莜面美食。西寺·花仙谷是我市新晋的一处优质民宿，位于花园屯镇西寺移民新村西侧，是一座集旅游观光、休闲度假、农业采摘、生态住宿等于一体的综合性绿色生态园。西寺·花仙谷与方山永固陵、慧泉寺相邻，采凉山更是“开门”可见。在这里，驻足便可看到“云中八景”中的“采凉积雪”“魏陵烟雨”二景。

采访中，冯板女向记者介绍并展示了抿八股、山药丸丸、玻璃饺子、山药片片的

做法。抿八股是莜面和山药组合成的一种热气腾腾的美食，做起来颇为复杂。先用一种特制的被称为磨擦子的工具将山药磨成糊状，加入适量莜面搅匀，然后在面糊上撒一层土豆淀粉，放置10多分钟。锅中加水，水开后锅上放一块特制的均匀地烫了眼儿的木板，俗称抿八股板或抿面床。用锅铲铲一大块面糊，放于抿八股板上，用手将面糊来回推抵使之落入锅中。在冯板女的来回推抵下，约筷子头粗细、牙白色的、长约2寸的面条在开水锅中上下翻飞，犹如小鱼儿一般。抿够一锅，便要停下，略煮片刻，捞入碗中。抿八股最正宗的吃法是调入腌葱、自家炒的酱、香菜，再倒一股醋，拌匀，端起碗一吸溜，“小鱼儿”滑入嘴里，爽滑筋道，浓香四溢，热气腾腾，让人直呼“爽快”。

山药片片，有生山药片和熟山药片之分。虽然名称上有生、熟之分，实际上是两种完全不同的莜面美食。生山药片片，是将山药洗净去皮，用特制的扁擦子擦成丝，加花椒面、葱花、盐和适量莜

面，仅用山药丝的水分将其和成面团，然后搓成长条，切成长约2寸、宽约1寸、厚约0.3寸的椭圆形片，上笼蒸15分钟。蒸熟的山药片片呈灰黄色，上面有山药丝点缀出来的纹理，很是好看。吃起来筋道Q弹，葱香味浓郁。熟山药片片则是将焖熟的山药压成泥，加入莜面和少许土豆淀粉，和成面团，做成椭圆形片，然后上笼蒸熟即可。熟山药片片吃时一定要蘸肉汤或蒸肉臊子，吃起来软、滑、筋。熟山药片片一次可以做很多，放冰箱冷冻，吃时取出蒸熟即可。

冯板女还向记者介绍了山药丸丸的做法，用扁擦子将山药擦成丝，加葱花、盐、花椒面、少量莜面，拌匀，用手轻轻团成丸子形状，放入笼屉蒸15分钟即可。山药丸丸可以直接吃，也可以蘸酱吃，蓬松暄软，咸香味浓。

记者在采访中了解到，莜面的吃法数不胜数，有焖鱼鱼、煮鱼鱼、刨渣子、擀莜面等。你还知道莜面怎样的吃法？不妨说来听听。



## 推荐

## 泥炉烤肉有特色

第一次吃西塔老太太泥炉烤肉还是在上海，没想到现在大同也有了。西塔老太太泥炉烤肉据说始于1991年，第一家店位于沈阳西塔。

西塔老太太泥炉烤肉主营东北烤肉，尤其是必点的招牌牛肉肥瘦相间，将肉味和油脂香搭配得刚刚好。其中，特色肥牛口感柔润鲜嫩，好吃到让你停不下来；特味牛五花经过烤制后，白色油脂透亮晶莹，散发出牛油的浓郁鲜

香。而且，吃的时候一定要蘸该店特制的芝麻酱蘸料。这个芝麻酱蘸料非常有特色，麻酱里淋上一圈酱油一圈白醋调开，再配上白糖、葱花、香菜，浓稠的香味让人一口就上头，蘸什么肉都越吃越香。除此之外，店内还有一些韩式料理常见的小菜，味道也十分可口。

泥炉烤肉的味道很有特色，如果你也喜欢吃烤肉，就到这里感受一下东北烤肉的风味吧。（孟维鹏）



## 去绿茶餐厅品江浙融合菜

日前，记者在万达广场又发现了一家新开的餐厅——绿茶餐厅，据说也是全国连锁的餐饮品牌，最早进入山西是在太原开的，排队的人很多，总是等不上。现在大同也开店了，当然得去尝一尝了。

绿茶餐厅主打的是江浙融合菜系，店内整体装修典雅清新。在服务员的推荐下，记者点了几个招牌菜品。其中，土豆芝士蛋挞很值得尝试一下，原本以为甜口的东西做成咸口的会很奇怪，没想到却很好吃，芝士味道浓郁，甜

咸适中。石锅鸡汤豆腐的口感比较清淡，可以让你吃出食材本来的味道，而且吃起来暖暖的，胃也感觉很舒服。绿茶烤鸡烤肉合并的量挺大，几个品类的烤肉都烹制得恰到好处。油焖春笋是很下饭的一道菜，吃起来特别爽口。

服务员还推荐了很多菜品，无奈肚子有限，只能下次再吃了。该店的菜品整体偏清淡，如果你经常吃口味较重的菜品，不妨来这里尝尝新口味。（孟维鹏）



## 云中茶事

## 选陈年普洱别只看时间

近年来，陈年普洱茶因口感浓醇甘润，并具有一定健康功效而颇受人们青睐。那么，如何才能挑到品质好的陈年普洱茶呢？

据紫玄和茶庄的茶艺师介绍，陈年普洱茶无论是品饮还是收藏，都是不可多得的珍品。茶友在选购陈年普洱茶时，不能只注重时间，要先闻其味，通常陈年普洱茶有自然的陈香韵味，但没有其他杂味。另外，品质好的陈年普洱茶色泽褐红油润，条索有蓬松感。冲泡后茶汤呈红浓琥珀色，汤色透亮，香气醇和，入口滑顺自然、甘甜无刺激性。

除此之外，紫玄和茶庄的茶艺师也提醒说，选陈年普洱茶最主要的还是要选择大品牌。另外，存放陈年普洱茶时也要注意。如果买的是整件，直接放在通风、干燥、无异味、温度适宜的地方即可。如果是少量购买，最好选择紫砂器具或是陶罐存放，然后放在合适的环境中。环境温度变化不要忽高忽低，以免影响普洱茶的品质。（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

■广告

2024《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

君宴·精品粤菜 幸福味道 粤厨知道  
品味粤菜 品味人生

品正宗粤菜 享天下美食

君宴~款待你心中最重要的人!

订餐电话:0352-2090000 2096666  
地址:大同市平城区同泉路258号

大同市餐饮酒店业协会

弘扬古都大同餐饮文化  
续写国际美食之都传奇

云中萱 Yun Shang Xuan

好厨房 食味鲜

经营地址:大同市云州区装备制造园区黄花产业园区内  
电话:0352-8281890

Andbaby 安恩贝国际月子中心

母婴高端品牌  
品质值得信赖

地址:大同市平城区云冈路五岔路口  
电话:0352-2102222 2100123