

时令茶道(10) 夏至

一杯莫干黄芽解酷暑

本报记者 王锦华

夏至,是二十四节气中的第十个节气,夏季的第四个节气。元代吴澄《月令七十二候集解》中关于夏至说:“夏,假也,至,极也,万物于此皆假大而至极也。”这一天,是北半球各地全年白昼最长的一天,也是一年中阳气最旺盛的一天。

夏至时节,地处北方的大同进入仲夏,天气炎热。那么,此时应该喝些什么茶呢?谦益泰茶庄负责人马铮建议,一杯莫干黄芽正适合这个干燥酷热的时节。

莫干黄芽,微发酵,属六大茶类中的黄茶类,偏小众一些,鲜有人知。它的独特之处在哪里呢?马铮说,正如这夏至的天气一般,莫干黄芽的独特品质要经历高温湿热的反复考验,也就是“闷黄”的工序才能得到。成茶外形细紧略曲,嫩黄显毫,汤色嫩黄明亮,香气清甜,滋味甘醇。1956年,茶学家庄晚芳教授在浙江莫干山无意间发现它的踪迹,欣喜若狂,作诗以记:试把黄芽泉水烹,香佳味美不虚名。

据马铮介绍,古人认为夏至这一天是“阳极”,阳的增长到达极限,之后开始阴生。茶人顺应自然规律,在制茶的过程中寻求口感的平衡。“闷黄”,是黄茶最重要的工序。这一工艺最难掌握的主要是发酵程度,寻求最合适的口感平衡,过轻或者过重都会对汤感和香气产生一定的影响。也正是由于“闷黄”工艺较为复杂,所以做黄茶的人比较少。

马铮说,莫干黄芽富含游离氨基酸、茶多酚,这使得其在保有绿茶鲜嫩特性的基础上还兼具了微发酵所带来的温润柔和。若是你喜欢茶叶鲜嫩的口感,但肠胃比较虚弱的话,莫干黄芽是不错的选择。冲泡莫干黄芽可以用玻璃器皿,也可以选择盖碗冲泡。若是用玻璃杯冲泡,可以采用上投法。黄芽在入水的一瞬间就会沉下去,伴随着一串串的小气泡,细嫩的芽叶随之展开,有着很好的观感。

夏至,就让我们用一杯莫干黄芽来缓解酷暑的炎热吧。



挑新鲜鸡蛋有方法

鸡蛋是我们生活中经常吃的食物,富含多种营养成分。可是,炎热夏季,鸡蛋容易变质,如果买到了不新鲜的鸡蛋,不仅不好吃,还会给身体健康带来隐患。那么,如何才能挑选到新鲜的鸡蛋呢?

在生活中,许多人在买回鸡蛋后,常会通过将鸡蛋放入盐水中的方法来辨别鸡蛋是否新鲜,如果鸡蛋横沉在水底说明是新鲜鸡蛋,如果鸡蛋浮在水面则说明是变质鸡蛋。但这种方法在购买鸡蛋时并不方便使用,我们在挑选鸡蛋时,可通过以下几种方法辨识鸡蛋是否新鲜。首先看蛋壳,新鲜蛋的蛋壳表面光洁,颜色鲜明,壳上附着一层白霜,无裂纹;陈蛋的蛋壳比较光滑,颜色稍暗。其次看手感,新鲜蛋拿在手中有“压手”的感觉,贮藏时间较长的蛋分量较轻。另外,可把蛋靠在耳边轻摇,有响声的是陈蛋。除此之外,我们选购鸡蛋时尽量选择清洁蛋。清洁蛋是指鲜鸡蛋经过检查、清洗、风干、油蜡处理、分级后的蛋制品,其安全性相对高于散装鸡蛋。如果购买的是散装鸡蛋,最好尽快进行清洁处理,以预防可能存在的饮食安全隐患。

记者在采访中还了解到,夏季天气炎热,可将鸡蛋放入冰箱冷藏。保存时最好将鸡蛋的大头向上直立存放,以免蛋黄上浮,时间长了粘壳。

(一凡)

我家厨房

东北冷面



天气炎热,一吃汤面常会让人热得一身汗。这个时候,凉爽可口的东北冷面对于喜欢吃面食的人来说是个不错的选择。

食材:糖、白醋、黄瓜、西红柿、苹果、葱、姜、蒜、香菜、朝鲜辣酱、辣白菜。

做法:烧开水500毫升,按个人口味加入糖溶解后晾凉,加白醋。西红柿、苹果切片,姜、蒜切片,葱、香菜切段,一起放到晾凉的汤里面,加老抽调色,之后把汤放到冰箱里冰镇至少两个小时。将冷面在水中浸泡两个小时,之后煮熟过凉水,多过几遍,以让冷面更筋道。将冰镇汤汁取出,放入冷面,切黄瓜丝、葱末、香菜末,摆在冷面上,再放入辣白菜、朝鲜辣酱、白芝麻、适量的盐和鸡精拌匀,爽口的东北冷面就做好了。当然,你还可以加煮鸡蛋或者牛肉片。

(孟维鹏)

推荐

浇汁粉：无法抗拒的美食



在美食的世界里,总有一些独特的风味让人难以忘怀。记者在此推荐的便是一道让人无法抗拒的黏糊美食——浇汁粉。

这家名叫“李9玖浇汁粉”的小店位于府南街红旗小区外围,装修极简,但那一碗看似普通的浇汁粉却蕴含着无尽滋味。晶莹滑溜的土豆粉,在热水中翻滚后被捞起盛入碗中,再配上各种自由搭配的串串儿,浇上融合了多种鲜美调料的浓郁汤汁,瞬间便让整碗粉焕发出诱人的光彩。吃上一口,土豆粉的爽滑与汤汁的醇厚相互交融,或咸香、或

酸辣,刺激着味蕾,让人欲罢不能。再加上各种配菜的加入,如香脆的花生、鲜嫩的豆芽、爽口的酸菜等,更为其增添了丰富的口感和风味。而且,这家店最大的特点是辣度可以自由选择,这对于一个喜欢吃辣的人来说,真是让人想一下都会口齿生津。

无论是作为午餐或晚餐的美味选择,浇汁粉都能给人带来满足感。在阳光明媚的休息日,不妨走进这家小店,点上一碗浇汁粉,让那独特的味道在舌尖上舞动,感受美食带来的愉悦。

(孟维鹏)

肉酱土豆泥拌饭别有风味

肉酱土豆泥拌饭是记者最近常点的一道外卖菜品,小店的具体位置不详,可自行搜索。不过,店在什么地方也无所谓,反正很符合我的口味。

肉酱土豆泥拌饭,看似简单却十分美味。细腻如沙的土豆泥,散发着淡淡的清香,与米饭充分搅拌融合后,每一粒米饭仿佛都被赋予了新的生命。再搭配上味道独特的烧椒酱和卤肉酱,与米饭的香甜和土豆泥的醇厚相互交织,口感令人陶醉。

而且,玉米、青豆、火腿丁、煎得金黄的鸡蛋、慢火炖制的卤肉丁等配菜,也让这碗土豆泥拌饭的口感更加丰富多彩。一口下去,多种滋味在口腔中蔓延开来,既有土豆泥的绵密,又有配菜的鲜美,层次分明却又和谐统一。

这家小店的土豆泥拌饭还有很多组合可以选择,每一款都十分美味,让人吃后很有满足感,你也赶快尝一尝吧。

(孟维鹏)



■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



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

金御盛宴艺术宴会中心

艺术婚宴引领者
用艺术为爱加冕地址:大同市五州帝景二期 B2 号楼
联系电话:0352-7273777

金御满棠·宴府



用心为爱烹饪幸福味道

地址:大同古城东南邑李怀角 20 号(和阳街太平楼南 80 米)
联系电话:0352-7969888

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