

你早,大同(14)

鸡蛋灌饼 街头早餐的“扛把子”

本报记者 牛瑞芳



小区门口、繁华街边,总能看到煎饼果子的小店或餐车,而与煎饼果子相伴出现的定会是鸡蛋灌饼。一个鸡蛋灌饼,是启动忙碌奔波的人们最佳的“能量源”,生命力也在这碳水四溢的味道中被唤醒,元气满满地开启充实的一天。

鸡蛋灌饼,用鸡蛋、面粉制作的一道小吃,源于河南省信阳市,是河南地区的特色小吃之一。大同人对面食的

青睐,让鸡蛋灌饼这道美味遍及城市的角角落落,成为街头早餐的最常见的美食之一。

清晨,当第一缕阳光洒在街头巷尾,鸡蛋灌饼的炉灶旁边已经热气腾腾。制作鸡蛋灌饼的面是前一天和好的,并事先包好了油酥下好了剂子,做成饼坯。有人要时,现烙现卖。每一位摊主都熟练掌握做饼的技巧,能以极快的速度完成一份鸡蛋灌饼。

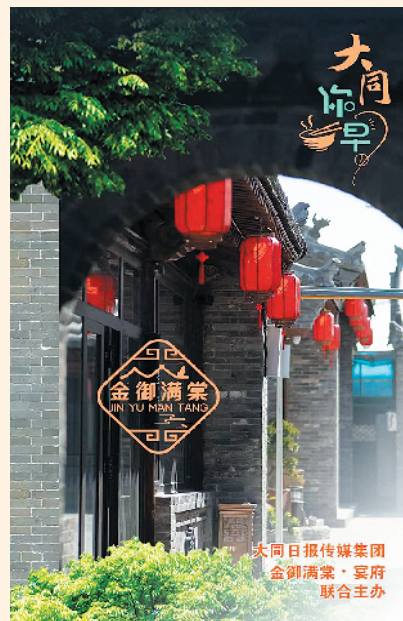
只见摊主拿起一个饼坯,随手“啪”地一下摔在抹了油的铁板上,快速擀成长方形薄饼。将薄饼放在饼铛上,在油酥的作用下,薄饼很快分了层,下层紧贴饼铛,发出“滋滋”的声响,热气上升使得饼迅速膨胀起来,圆鼓鼓的,十分好看。

用筷子戳个小口,面皮破开瘪了下去。就在面皮彻底落下一刹那,又被及时伸出的筷子挑起,从刚破开的小孔中灌入打散的鸡蛋。蛋液还没来得及凝固,便被摊主连带着整个饼翻了个面儿,鸡蛋的香气飘在空气中,相隔数米都闻得到。灌了鸡蛋的饼要来回翻几次,待鸡蛋成熟后刷酱、撒葱花或榨菜碎、放生菜、火腿肠,顺势一卷,一气呵成,一两分钟,饼已被装入纸袋里,递给了等待的人。

饼要趁热吃,一口下去,薄薄的饼皮还分了若干层次,层层起酥,满口生

香。生菜、火腿肠的加入,让鸡蛋灌饼口感层次更加丰富,生菜的清爽和酱料的浓郁交织在一起,风味极好。

为什么很多人对鸡蛋灌饼情有独钟?在这个快节奏的时代,鸡蛋灌饼以它独特的魅力,用朴实的味道,温暖着每一个人的胃,也给人们忙碌的生活带来了一份简单的小幸福。



我家厨房



过年有好菜

孔雀开屏鱼

孔雀开屏鱼是一道创意菜品,主要以刀工和摆盘为最大特色,食材本身没有很多的调味,是一道很适合节日的家宴菜,此菜不仅造型漂亮,有喜庆团圆的好意头,而且用清蒸方式烹制的鱼肉更加鲜美嫩滑,营养丰富,老少皆宜。把整条鱼铺展成孔雀开屏的造型,外表华丽又不失美味。

食材:鲳鱼、红椒、绿椒

配料:葱、姜、料酒

做法:

将鲳鱼处理干净,鱼肚子保持完整不剖开;

将洗净的鱼表面和鱼肚分别抹上一小勺盐,摆上姜蒜,倒入少许料酒腌制10分钟;

腌制好的鲳鱼去掉头和尾,用刀在鱼侧“转圈儿”切0.5厘米宽的片,这时将内脏清理干净,用力按压将鱼骨切断,但要保证腹部相连不断;



将切好的鱼摆在盘中,在鱼腹部摆上葱丝、姜丝;

锅中加入水,大火煮开后放入鱼蒸10分钟左右,蒸至鱼肉变白出水即可;

将葱丝摆在鱼肉上,再切少许红绿辣椒装饰鱼肉;

炒锅预热,倒入植物油烧热后,将热油淋在鱼身上。

口感鲜嫩,外形栩栩如生的孔雀开屏鱼就做好了。

(孟维鹏)

行业动态

大同市餐饮酒店业协会发布行业倡议书

本报讯(记者 焦燃)打造“国际美食之都”城市名片,展现大同餐饮文化魅力。近日,大同市餐饮酒店业协会就进一步提高为外籍游客餐饮服务质量,向全市餐饮企业发出相关倡议。

2014年,我市在国际舞台上荣获“国际美食之都”称号,展现出了极具特色的餐饮文化魅力,吸引了众多国内外游客的目光。随着国家对外籍游客免签政策的落地与文旅市场的全面开放,今后来同旅游的外籍旅客数量将会大幅提升,这给我市餐饮行业的进一步发

展带来机遇与挑战。

“当前,市餐饮酒店业协会提出的首个倡议,就是要求各企业迅速提升外语服务能力。”大同市餐饮酒店协会会长贺军表示,语言沟通是对外餐饮服务的基础,各餐饮企业应加大职工外语培训力度,确保前台、餐厅、客房等关键岗位人员能够与外籍游客进行基础对话,准确理解外籍游客需求。行业协会将加强行业外语人才队伍建设,鼓励重点企业聘请外语辅导员,推荐各餐饮企业引入智能翻译软件及设备,以应对不

同国籍游客的服务需求。

在餐饮服务质量方面,协会倡议各餐饮企业严格遵守相关法律法规,依法经营、合理定价。不断挖掘本地特色食材,丰富菜品种类,在掌握外籍游客饮食口味的同时,提供让人满意的国际风味美食。另外,各餐饮企业还应积极组织策划各类文化交流活动,如民俗展示、手工艺体验、戏曲表演,让外籍游客在享受美食的同时,可以深入了解大同的历史文化底蕴,感受中华文明的博大精深。

2025《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

ZJLD 李渡

1308中道献礼
液体古董 喝一瓶少一瓶

0352 55555 35
国宝李渡文化体验馆
御河西路永泉湾龙园(御河西路与平安街路口)

瑞世佳典 宴会酒店 | **Andbaby 安宝贝**

孕期餐免费体验
关爱孕妈妈 健康下一代

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