



## 脆嫩香滑

## 爽翻味蕾

之温岭特色炆腰花

中国的烹饪方法有几十种,而炆属于凉菜烹饪十二法之一。炆是把原材料切成小型原料,用沸水焯烫或油滑透,趁热加入各种调味品,调制成菜的一种烹调方法。炆与拌的区别主要是:炆是先烹后调,趁热调制;拌是指将生料或凉料改刀后调拌,有调无烹。炆菜多用精盐、味素、花椒油等调制,以保持菜肴原料的本色。

这道特色炆腰花,属于我们温岭特有的一味,与鲁系十大名菜的爆炒腰花不同,不光在烹饪方法上有所创新,连原料、改刀均不走寻常路,大胆保留了腰臊,改刀方法也从传统的稻花刀,变成切片。听闻这道独特风味是来自于红缨枪餐厅的后厨房,几个极其热爱钻研厨艺的大小厨吃货们创新而来,先听他们怎么说。

“有一回做员工餐,剩下的腰花不多,本想和以前一样剔除腰臊,又觉得有点浪费,干脆多放几勺生粉除味,又找了些香气很浓的辅料,融合在一起,没想到,不仅没了腰臊的气味,反而整体有了一种更为浓郁的香气。再后来我们把改刀方法也做了调整,从原来花刀麦穗的割法,直接改成平切成薄片,让腰子里不舒服的味道尽可能散发出去。几次原料和刀法改良后,我

们每个员工都说OK以后,才敢拿给顾客试吃,没想到顾客非常喜欢,大为称赞,这给了我们信心,把这个菜推出去……”炆腰花本是道色香味俱全的汉族传统名菜,不管哪个餐厅的点菜率都挺高,厚厚的腰子虽然腰臊部分全都切除了,但吃多了还是会觉得腻,就这样的一道近乎无可挑剔的名菜,也能在形色味上完全被颠覆,重新出炉,真是不简单。

其实腰臊就是肾脏的肾髓质,除了味道熏人,并无其他不好,而做此道菜的秘方就在于开水滚腰花的火候和时间的掌控,时间长了,口感会老,短了会生。这点也是考验一个厨师水平的地方了,吃海无涯,关于钻研吃这方面,我们温岭人还真是探无止境。

做好的炆腰花上桌,透鲜的色泽,在鲜花椒和鲜橙皮的点缀下,鲜香的色感入眼入喉,顿觉食欲大增,忍不住拿起筷子轻挑一块腰肉,透薄的片,似乎再重点就要被扯破一般,让人大为惊叹刀工之妙,入口,夹杂着鲜橙皮和鲜花椒的清香,让人从头到脚顿时一醒,迫不及待又夹了一块轻咬,油香弥漫,细细咀嚼,沁人心脾,回味无穷,真是美味极了!

## 热腾入喉

## 暖胃暖心

之杨记牛肉羹

说起牛肉羹,就不得不追溯起800年前的宋朝,年仅八岁的南宋末代皇帝由大臣陆秀夫带着,为逃避元兵追杀潜入山中。荒山野地里,只有一户人家,家中也只有父女二人,更可怜的是,家中唯一一条老耕牛还被元兵宰杀,只剩了一张牛皮,四条牛蹄。看着虚弱的小皇帝,那父女不忍,便使劲把牛皮上残留的肉刮下来,放入沸汤中煮熟,撒下海盐和姜末,不料香气四溢。后来农家父女改进了牛肉羹的做法,终成为闽南居民的家常菜,也成就了一代名吃,在民间流传了下来。

我最初吃到牛肉羹是学生时旅游至福建,那里的街头巷角都是牛肉羹小摊,热腾腾的,出于好奇,我也去买来一碗,一勺羹汤入喉,醇厚的牛肉香漫溢唇齿,夹杂着姜汁的香味,两种香味混合,只觉清爽,完全感觉不到腻,加上小块肉

羹入口,软而不松,滑而不粘,口感很奇妙,所以印象深刻。后来在其他地方吃到的牛肉羹,总觉得没有那天的味道了,再后来就是在我们温岭尝到了杨记牛肉羹,似曾相识,便与那里的老师傅聊天,明白了传统牛肉羹的来之不易——它需要纯手工90分钟不停歇地抓打。

“牛肉羹好不好吃,原料和做法都很关键,一定要选用上好黄牛的胸肉和腿肉,打出来的羹才够鲜嫩,然后用刀将筋、皮去掉,再顺着肉纹切成片。”做了几十年牛肉羹的老师傅,一边切牛肉,一边说:“切好的牛肉称斤后,要按比例配好调料。”随后,师傅端来一个大铁盆,放进牛肉,加入相应比例的调料和清水,然后便抡起手臂,将全身力道注入拳头,使劲地抓打盆里的牛肉,“你不用看了,我这里最起码要打一个半小时,中间还不能停,不然牛肉会发硬。”45分钟过去,盆中原来片片分明的牛肉已现黏性,却不似机器绞的肉那般软烂,将调配好的姜末、水加入,继续大力搅拌,最后再倒入地瓜粉搅拌均匀。这着实是个体力活,需要师傅有极大的臂力和丰富的经验,不过也要根据牛肉的弹性、天气情况等因素调整抓打的时间。听到这里,我才明白,为什么现在越来越难吃到正宗的牛肉羹,传统的牛肉羹都是用手打,不能很快,加水量也有讲究,而这一切都靠老师傅的手感,美味的秘诀也就在这里。

做好的肉羹,用平勺横切成片入滚水,翻腾五分钟,起锅入碗,撒入姜丝,倒入酱油,顿时香味扑鼻,有些Q弹的口感,咬下去有淡淡的牛肉清香,勾起了我深深的回忆。或许吧,这个世界上的美食,都是用爱做的,爱是面线糊,爱是菜头酸,爱是海蛎煎,爱是牛肉羹……所以世上美食那么多,温岭人却偏偏钟爱那碗杨记牛肉羹!

### 【制作方法】

### 【原料】

黄牛腿肉 200克、地瓜粉 50克、牛骨汤 250克、姜末、姜丝适量

### 【准备时间】

人工抓打1.5小时,下锅5分钟

### 【制作方法】

- 1.将牛肉切成条状,用肉锤反复敲打,加入适量水(约30-40克)搅拌均匀,并加入酱油,全程一个多小时,再放入地瓜粉,搅拌均匀。
- 2.将牛骨高汤放入锅中烧沸,把拌好的牛肉分散放入锅中,等肉羹浮上水面,撒上葱末、姜丝即成。



### 【制作方法】

### 【原料】

猪腰子 500克,黄瓜 50克,美人椒、杭尖椒 20g,鲜花椒、鲜橙皮 10g,一品鲜 10ml,味极鲜 10ml,辣鲜露 5ml,料酒 10ml,生粉 5g,葱末、姜汁少许

### 【制作方法】

- 1.选材:腰花的品质,先观后摸,色泽鲜艳,清亮为佳,轻触弹性好的为佳。
- 2.清洗:将猪腰去膜,清洗,改刀切片,厚薄均匀保持在1mm厚度;黄瓜切成薄片;笋片切小片。
- 3.腌制:葱拍碎,自制姜汁、料酒、生粉依次放入,搅拌均匀,腌制20分钟。
- 4.准备辅料:美人椒,杭尖椒,鲜橙皮,鲜花椒。
- 5.锅内放水,旺火烧开,放入腰花,焯一下立即捞出,投入冷开水中过凉,再捞出,用洁布吸干水分,盛入盘内。
- 6.锅架火上,油烧至七成热,放入辅料,先将花椒、橙皮炒出香味而后放入美人椒,杭尖椒炒香备用。
- 7.腰花入盘,放一品鲜酱油、辣鲜露、美极鲜、料酒。
- 8.辅料入腰花拌匀即可装盘。

色泽亮丽、腰花脆嫩、鲜香嫩滑

美食推荐地:红缨枪新天地餐厅



## 关于台州中央快速通道温岭段(路泽太一级公路K10+100至K20+000)(大石一级公路K14+500至K15+250)楼山隧道施工实行交通管制的通告

因省重点工程台州中央快速通道温岭楼山隧道施工需要,为确保施工路段道路安全、畅通,根据《中华人民共和国道路交通安全法》第三十九条之规定,经研究决定,对路泽太一级公路温岭市楼山隧道施工路段实行临时交通管制,现将有关事项通告如下:

1.计划于2017年6月15日至2018年9月25日,对温岭市路泽太一级公路楼山隧道西侧隧道实行全封闭施工,施工期间,北向南(泽国、路桥)往温岭、玉环方向)行驶的所有车辆一律请绕行。2.2017年6月15日至2018年9月25日,温岭市大石一级公路因

楼山隧道改造施工,山头赵互通区封闭新河、松门往温岭和泽国方向匝道,过往车辆一律请绕行。大溪、横峰至新河、松门在K14+500至K15+250(石粘互通区)变换双向单车道实行限速管制通行。3.在交通管制期间,施工路段实行限速20公里/小时。4.严禁摩托车、电瓶车及非机动车、行人进入路泽太一级公路及大石一级公路石粘互通区封闭改造施工路段通行。请广大交通参与者自觉配合,服从交通标志、标线的指示和执勤人员的管理,合理选择出行路线,注意交通安全。特此通告。

台州市路泽太高架快速路有限公司  
台州中央快速通道温岭段工程建设指挥部  
温岭市公安局交通警察大队  
2017年6月17日  
注:6月15日只是计划的时间,目前外围绕行路口和一个电力井施工没完成,因此推迟了原计划的时间,现确定西侧隧道封闭施工的时间为6月20日,也就是下周二。

——台州市路泽太高架快速路有限公司副总经理 倪迪