

# 冬日里 来一场南北方美食的聚会

记者 冯元春

北方和南方的饮食习惯虽然不同,但多亏了如今网络发达,人们可以轻松复刻自己喜爱的美食。

这个冬天,美食达人张欢在家复刻了东北特色美食玉米面酸菜饺子,味道鲜而不腻还回甘。她还复刻了南方人冬天喜欢吃的黄芽菜年糕汤与葱油塌年糕,一家人吃得香喷喷。她说,冬天吃这些美食,真是件极其享受的事情。



黄芽菜年糕汤。



## 玉米面酸菜饺子 鲜而不腻

东北人爱吃玉米面酸菜饺子,好多人没见过。张欢介绍说,这玉米面酸菜饺子一口下去,面皮松软,喷出玉米的香甜,和着酥脆的焦底,越嚼越香。



玉米面酸菜饺子。

做法

首先,玉米面加入开水烫面调成絮状,晾凉后再加入鸡蛋、中筋面粉、糖、酵母、清水调成絮状挤压成粗糙面团。清水不要一次性添加,建议边揉边加,转移到案板上,加入动物油揉成偏软的光滑面团,盖布室温醒发30~40分钟至1.5倍大。

然后,东北酸菜加入清水冲洗2~3次,捞起挤干水分,切碎待用,料理盆加入肉末、盐、糖、生抽、蚝油、清水顺时针方向搅拌至水分吸收,加入切碎的动物油渣、姜末、葱末、十三香,泼入用花椒炸香的动物油拌匀。接下来,发酵好的面团轻轻排气,分成剂子,用手掌根部揉成光滑的面团,压扁擀成中间厚四边薄的面皮,填入馅料,包成饺子的形状。

包好饺子后,吃法就可以按照自己心意制作啦。喜欢焦脆的,起锅热油,煎香底部,淋上淀粉水,焖10分钟,开盖收干淀粉水出锅;喜欢清蒸的,可以将包好的酸菜饺子隔40℃温水,醒发15分钟,放入上汽的蒸锅蒸15分钟,焖2分钟出锅。热气腾腾的饺子刚出锅,吃一口,鲜得说不出话来。

做法

## 黄芽菜年糕汤 喝的就是一碗鲜

江南的四季,就在一碗年糕汤里流转。

张欢说,冬季黄芽白最受欢迎,它是江南人喜欢的白菜品种,细嫩柔糯,鲜甜更

做法也很简单。首先,里脊肉切片再切丝,加入盐、胡椒粉、生抽、黄酒、淀粉水抓拌均匀,再加入食用油拌匀防止炒时粘锅。黄芽白切丝,泡软的咸肉和泡发的香菇切丝。起锅热油,加入肉丝炒散,再加入香菇丝、咸肉丝、黄芽白丝炒香。加入热水没过菜,再

是没得说。买不到也可以换娃娃菜。

她还在汤里加了肉丝和咸肉一起煮,凑足清鲜、荤鲜、咸鲜,那个汤鲜极了。

放入年糕、菜叶,加入盐、胡椒粉调味,焖煮2~3分钟,开盖,撒上少许葱花。

张欢说,年糕要趁热吃,一秒都别耽误,这样你才能享受到年糕的Q弹。寒冷的冬季里,年糕吃吃,白菜、肉丝捞捞,汤喝喝,粮食和蔬菜那么朴素又那么动人。

## 葱油塌年糕 酥软弹糯

浙江人囤年糕,跟东北人囤白菜有得一拼,都是百斤起步。年糕寓意好,在他们眼里,年糕就等于年味。

张欢介绍说,如果说年糕汤属于正餐主食,塌年糕则更像小零嘴。“塌”指的是把年糕煎到两面酥脆,再裹上其他调味料,苔条、椒盐甚至红烧汁都可以。前两天,她做了葱香口味的,小葱撒得又多又密,爱年糕又爱葱的人有福了,趁热咬下,酥软分明,香气、热气在嘴中激荡,这才是冬天该吃的美食啊。

首先,起锅热油倒入比日常炒菜多的食用油,加入1大勺动物油烧至融化,烧至五成热,接下来,放入年糕煎炸至两面金黄,倒出多余



葱油塌年糕。

油,撒上多多的葱花、盐、胡椒粉,中火翻炒1~2分钟入味出锅。年糕的香气夹杂着葱香味,一口下肚,满满的幸福感。

## 清炒儿菜 入冬必吃的神仙菜

记者 冯元春



炒儿菜。

儿菜,又称抱子芥,是中国特有的蔬菜,可食用的短缩茎被叫做母菜,腋芽才是真正的“儿菜”。儿菜中的钙、磷含量在蔬菜里也名列前茅。但儿菜一般只在南方常见,北方人却很少见到。今天这道清炒儿菜,口感特别爽脆,感觉比肉还好吃。

儿菜洗净,切成片备用。大蒜去皮切成片,干辣椒切成小段备用。锅里烧一锅水,水开以后放入一点盐和几滴油,儿菜焯水一两分钟,然后捞出过一下凉水,沥干水分备用。炒锅里放入1块动物油,油烧热以后,放入蒜和辣椒炒香。倒入焯过水的儿菜,翻炒十来下,放入适量盐和鸡精调味即可。

出锅的儿菜青翠欲滴,清香无比,没有一点苦味,大鱼大肉都不如它诱人。

本版图片均为资料图片



## 让生活有光 也有趣

平凡的生活,一样可以活得热烈有趣。想了解银川的美食、艺术展讯、同城活动、文艺生活家,请关注微信公众号:螃蟹团和他的小伙伴。

我们的微信公众平台,不但热爱美食,还关注各种银川生活玩家,想把

所有的美好与正能量,用文字、影像与视频的方式,传递至你面前。让你的生活有光,也有趣。

赶紧扫右方二维码,或者添加公众号:pangxiatuan333,也欢迎添加官方微信:774092089。

