地风味道

每个永康人的记忆中，总有些味道，在时间的沉淀下愈发香醇。这味道可以是街坊小吃，亦可是登入大雅之堂的佳肴。每个味道的背后或是乡愁，或是儿时记忆，都是一段历久弥新的故事。

扫一扫加入美食群

萝卜钿 平凡真味

民俚有云:“永康永康，萝卜生姜”。永康萝卜皮薄肉细，汁多味甜，加工制成的萝卜钿，薄如钱唇，且贮藏期长，是以前五金工匠们外出时必带之物，且寄托了以“钱”换钱的一种期意。永城普遍吃法是将萝卜钿与火腿腊肉(或猪肉)放在锅里用慢火炖烂，汤味浓郁，回味久长。

萝卜钿是旧时餐桌上的宝贝

秋季的清晨，象珠镇三村85岁的陈阿婆，将萝卜洗干净并切成薄片，想趁着中午的阳光，把萝卜钿晒了。在陈阿婆眼里，萝卜钱一直有着属于妈妈的标签。“我小时候吃的萝卜干是外婆腌制的，妈妈说她小时候吃的是太婆腌制的。”一个又一个妈妈腌制着萝卜钿送给她们的女儿，一辈一辈传递着制作萝卜钿的手艺，看似平常，却传递着对家庭、对儿女的那份情。

陈阿婆回忆，她小的时候，家里很穷，兄弟姐妹多。吃不起顿顿白米饭，总是混着玉米、粗麦给一家子人吃，这些粗粮别说小孩子了，就连大人吃久了，也咽不下去，嘴里无味。幸好有晒好的萝卜钿。这萝卜钿虽不是“山珍海味”，放入汤中炖烂却有着浓郁的香味，再粗的粮食伴着它吃总能吃下去。就在那样的年代里，看似干瘪的萝卜钿却能将毫无味道可言的餐桌变得津津有味。

制作萝卜钿阳光要足够好

制作萝卜钿的第一道工序就是洗萝卜。一箩筐的萝卜洗起来可不是个轻巧活儿，陈阿婆把萝卜散在了大桶里，一个一个洗过去，洗了足足有三四大桶水后，才将萝卜洗干净。接下来是切萝卜。陈阿婆说道:“这萝卜可不能随便切，切得片不能太厚也不能太薄。太厚晒不干，太薄晒干后就不成形了，要切得大小合适。”只见得陈阿婆在切板上比划了好久，才开始“动工”。“啪啪啪”连续几个小时，陈阿婆才把一箩筐的萝卜切完。

随后陈阿婆便等着太阳晒萝卜。陈阿婆说:晒萝卜钿的太阳很讲究，最好是午后的，因为午后的阳光温度高、湿度低，能够充分晒干萝卜钿。经过一连三个午后太阳的暴晒后，第三道工序才结束。这时候原本有水分萝卜钿，已经成了干瘪瘪的萝卜钿了，最后就是灌萝卜钿。灌萝卜其实就是把晒好的萝卜钿干挤进玻璃瓶中。这一道工序也有讲究，就是装萝卜钿的玻璃罐子不能有任何水分，并要放在通风处，否则晒好的萝卜钿容易变质。

秋天到 南瓜俏

南瓜是秋季常吃的一种蔬菜。金黄色泽的外表、绵密的口感与微甜的口味，就能给人带来味觉和视觉的享受。在你的印象中，南瓜是怎样的一种食材？怎么烹饪？其实，南瓜既可以当粮食又可以拿来当菜吃，简单烹调，就能让人回味无穷。做成菜肴更是让人眼前一亮、百吃不厌呢。

南瓜豆沙包

【食材】面粉500克、南瓜150克、白糖20克、酵母5克、红曲粉适量。

【步骤】

1、南瓜切片放入微波炉，高火8分钟后用勺子碾成泥状。

2、加入面粉250克、酵母3克、白糖20克和适量温水和成面团发至1.5倍大。

3、普通面粉50克加红曲粉1克、酵母1克、水适量合成面团发至1.5倍大。

4、发好的南瓜面团取出揉匀搓成条，然后切成大小一致。

5、擀成四边薄、中间厚的圆片，加入适量豆馅，搓成圆形，稍微压扁。

6、用刀背均匀压4道印。

7、在南瓜包的顶部用筷子头压出一个小坑。

8、取适量红色面团搓成小条，插在南瓜的顶部。

9、将做好的南瓜包二次发酵至1.5倍大。

10、锅内加凉水，中火烧至水开，17分钟后关火即可。

雪菜炒南瓜

【食材】南瓜500克、五花肉100克、雪菜60克、油15毫升、料酒、盐、葱、生姜适量。

【步骤】

1、五花肉洗净后切片，南瓜洗净后切块。

2、备好雪菜、葱花、料酒和生姜丝。

3、热锅倒油，温油下五花肉、再加生姜和料酒。

4、倒入南瓜炒出香味，加盐翻炒均匀。

5、加入清水，烧至南瓜软糯再放入雪菜烧入味即可。

南瓜焗蛋

【食材】小南瓜1个、奶酪适量、鸡蛋2个、盐少许、黑胡椒。

【步骤】

1、小南瓜横切两半，挖出南瓜籽，表面均匀的撒少许盐，放入200度预热的烤箱烤制20分钟左右。

2、烤到软的南瓜中间打入鸡蛋，继续烤制5分钟左右。

3、奶酪刨成丝撒在南瓜鸡蛋上，撒少许现磨黑胡椒。

4、继续放入烤箱，烤到奶酪融化即可。

一周读者有福利

1、11月1日至11月5日新品甜甜圈买一送一，蟹小方第二盒半价。

2、11月3日当天生日客户凭身份证送蟹小方一盒，全场88折。

【地址】溪中东路189号(巴黎商街靠东站)

【订餐电话】13516983356 683653

扫一扫得福利