





段历史, 每个永康人的记忆中
或是儿时最为人人称赞的
每个味道背后, 这味道可以
。都是一
总



扫一扫
加入美食群

焦香爽脆豇豆酥

豇豆酥又叫 豆角酥 ,因其形状如切成一断一断的豇豆 ,又称之为 豇豆酥 。豇豆酥用麦粉加芝麻制成 ,做法简单。过去 ,人们在年前都会制作一些豇豆酥招待客人。炸好的豇豆酥色泽金黄 ,入嘴酥香四溢。

改良了制作豇豆酥的配方

11月的西城街道溪边村 ,山风裹挟着油炸麦粉的独特香味扑面而来 ,循着油香 ,来到村民俞圳家的加工间 ,只见工人们正有条不紊地忙碌着。俞圳要赶在春节前备足节日售卖的豇豆酥 ,他家闲置的空房子里整整齐齐地摆满了金黄色的豇豆酥。俞圳家制作豇豆酥已有80多年的历史 ,他家的豇豆酥质优价廉 ,是上下山处最为认可的副食之一。

早些年 ,俞圳的老丈人吴子寿最早在城区西津桥头卖豇豆酥 ,到了俞圳这一代 ,他想把传统的味道让更多人品尝 ,就改良了制作豇豆酥的配方 ,并用机械化代替了人工。

一方面 ,是做这个手艺的人难找 ;另一方面 ,相比传统手工制作 ,机械化制作的豇豆酥形状更匀称 ,省时省力的同时也大大提高了效率。俞圳认为 ,产量增加了 ,但是品质不能丢 ,制作豇豆酥的麦粉都是他亲自挑选 ,炸的底油也是再三调试。

我记得小时候的豇豆酥并不好吃 ,因为那时候油比较金贵 ,炸豇豆酥的油又少又不好。现在我用的都是大豆油 ,机器都是恒温的 ,保证传统味道不丢失的同时也减少人工成本。一方水土养一方人 ,这些儿时过年才能吃到的传统油炸小吃 ,现在想吃就可以吃。尽管如此 ,但它们的本质和寓意却从没变过。俞圳说。

和面比例尤为重要

豇豆酥的做法虽为简单 ,但掌握麦粉和水的比例以及炸的火候尤为重要。只见和面师傅将过滤好的麦粉倒入大锅中进行和面。要知道这和面也有讲究 ,面、水的比例要合适 ,还要醒得到位 ,一般要提前一晚醒面 ,这样炸出来才会酥脆。 俞圳说。

发面后 ,接下来就是揉面 ,揉面的过程就像变戏法。几张大案板连在一起 ,就成了一张临时的大 工作台 ,两边能供好几个人同时坐着搓面。接着 ,便是将揉好的面团放在机器中切成豇豆条状。不一会儿 ,初步成形的豇豆条就乖乖地躺在盘子上了。

切好的豇豆条 ,顺着锅沿将其溜进烧红的油锅。炸豇豆酥也是个技术活。双手各拿一根特制的长长的筷子 ,不断地把下到锅里的面团翻动、捋直 ,这样出锅的豇豆酥颜色才能一致。当锅里的豇豆酥外表已有了些许成熟的油黄 ,里肉也变得酥松香甜。

做出来的豇豆条 ,要放在凉房纳凉。刚炸好的豇豆酥 ,一定要凉透才能保存 ,否则吃着会有一股油味。一般要纳凉五分钟左右 ,再用塑料盒密封好 ,冬天的保质期在6个月以上 ,夏天的保质期稍微短些。俞圳提醒说。

一年补补透 ,不如补立冬

立冬后 ,就意味着冬天来了。在寒冷的天气中 ,应该多吃一些温热补益的食物 ,这样不仅能使身体更强壮 ,还可以起到很好的御寒作用。因此 ,立冬时节 的营养应以增加热能为主。那么 ,哪些菜适合在立冬食用呢 ?下面就跟着小编一起来了解一下立冬食谱 ,让你暖暖过冬。

推荐一 :家常油焖大虾

- 食材 :
- 明虾500克、生抽2大勺、盐1小撮、油适量、糖1小勺、老姜适量、料酒适量、葱花适量。
- 步骤 :
- 1.将虾先剪去虾枪和虾脚 ,然后在虾背上划刀 ,抽出泥肠后清洗干净。
 - 2.锅中倒入适量的油 ,放入老姜爆香。
 - 3.把清洗干净的大虾沥干水分 ,放入锅中 ,爆至两面都呈金黄色。
 - 4.加入料酒 ,再加入生抽和少许的水 ,炒匀。
 - 5.煮至汤汁开始收汁。放入糖调味后撒上葱花即可。

推荐二:飘香啤酒鸭

- 食材 :
- 鸭肉500克、啤酒2罐、香菇100克、土豆1个、大青椒1个、泡椒2根、泡姜2块、大蒜5瓣、花椒适量、八角3颗、小葱2根、生抽适量、豆瓣酱2勺、老干妈油辣椒2勺。
- 步骤 :
- 1.将土豆、青椒切滚刀块 ,香菇洗净切花。准备三颗八角和适量花椒。
 - 2.热锅倒油烧至八成热。放入鸭肉煸干水分。
 - 3.放入一勺豆瓣酱翻炒出香味。放入花椒、八角、小葱头、泡椒、大蒜、泡姜等调味菜翻炒1分钟。
 - 4.放入香菇 ,倒入适量生抽翻炒30秒。
 - 5.倒入啤酒翻炒均匀 ,大火煮5分钟。
 - 6.放入土豆翻炒均匀 ,中火煮20分钟左右。
 - 7.放入青椒和老干妈油辣椒翻炒20秒即可出锅。



推荐三 :山药苦瓜条

- 食材 :
- 苦瓜一根、山药半根、油适量、盐半勺、五香粉适量、蒜适量、水淀粉适量。
- 步骤 :
- 1.苦瓜在淡盐水中浸泡几分钟 ,用软刷子反复刷洗表面 ,再清洗干净 ,切开去掉瓜瓢 ,切条。山药去皮洗净切条。
 - 2.锅中加入适量的水 ,滴几滴食用油 ,加一小勺盐 ,水开焯烫苦瓜条。
 - 3.将焯水的苦瓜条捞出浸泡在冷水中备用。
 - 4.葱洗净切碎 ,大蒜去皮洗净切碎。
 - 5.砂锅加入适量的油 ,爆炒五香粉和葱末 ,加入山药条翻炒。
 - 6.加入苦瓜条、盐、蒜末调味 ,加入少许水淀粉勾薄芡即可出锅。

小窍门 :

最好戴手套处理山药 ,否则会刺激皮肤发痒。