

铁观音秋茶上市

品味“秋香”正当时

□记者 付永奇

本报讯 寒露过后,霜降之前,正是铁观音秋茶采摘制作的大好时节。记者发现,随着铁观音秋茶陆续在我市茶楼茶社上市,许多爱茶的市民已经开始大饱口福。

据周口茶叶商会秘书长杜鹏介绍,铁观音秋茶香气高,韵味悠长,香气要高于春茶,

俗称“秋香”。寒露后,不仅具有最佳的采摘天气,且秋高气爽,日照时间长,气温稍低于鲜叶中的芳香物质的形成和积累,因而秋茶虽然芽大叶厚,但色泽翠绿,香气特别高而耐冲泡。秋天天气干燥,常使人口干舌燥,而铁观音茶有润肤、益肺生津、润喉的功效。冲泡时,铁观音茶有一股如梅似兰的秋香,其滋味醇厚甘甜,品饮时,

有“喉韵”的特殊之感,即茶汤过喉徐徐生津,而有回味,细加品味似嚼之有物、香气清新、浓而不涩。

我市一年过六旬的爱茶之士告诉记者,秋季常饮铁观音,亦具有消除疲劳、消食去腻、减肥健美等保健功效,还具有预防癌症、降血脂、抗衰老等特殊功效。所以说铁观音秋茶是秋季养生的首选饮品。秋香醉人之时,

在韵香里品味点儿“秋香”之喜悦,正是“茶浓、香浓、情更浓”的最佳意境。

不过杜鹏还告诉记者,铁观音香高味醇,是天然的可口佳饮,但购买时要注意鉴别真假,一般来说正品秋茶有以下几个特点:一是干茶紧结,掷杯声脆;二是干茶鲜绿且带光泽;三是有鲜水果和花香;四是叶底回凹。

名吃长寿酥藕

小时候最爱过的是春节和中秋节,春节自不必多说,既能穿新衣又能拿压岁钱,而中秋节能吃到可口的月饼,更让我得意的是能吃到“村庄第一领导人”都吃不到的美食——长寿酥藕,而这全是因为我有个锡伯族邻居。

锡伯族有中秋节吃笑藕的习俗,笑藕又叫长寿酥藕,是锡伯族一种包含独特文化的美食,人们喜欢它,不但因其美味可口,更因为它能给人带来吉祥安康。因为我的邻居是锡伯族,所以我就近水楼台

先得月,能尝到汉族人轻易吃不到的美食。要知道,20年前,就连村里的“万元户”与“村庄第一领导人”——村长都轻易吃不到呢。既然酥藕这么好吃,而且还能给人带来吉祥如意,为何不多做些送人呢?这是因为长寿酥藕虽然好吃,但做起颇为费力、费时,不能批量生产,每人只能吃到一到两节的酥藕,我为了能吃到酥藕,没少给邻居递好话、拍马屁。

锡伯族做长寿酥藕非常讲究,选藕要精,品相不好、颜色发乌的

藕坚决不要。做长寿酥藕分为刻岁、画福、注瓤、蒸锅四部分。所谓的刻岁,就是用细刀在藕身上刻出10道圆圈,每一道意味10岁,10道即长命百岁之意,需要注意的是,第十道刻完,需要留出一部分“寿尖”,意思是人能活过百岁,顺利越过这条坎儿。画福,就是用细针在藕身上雕刻出太阳与月亮的图案,意味人与日月同寿。注瓤,就是用掺了肉末、酱油、花椒、盐巴等调料的“瓤”,在第十道圆圈处打一个小洞,将其注入藕

体。最后一步就是将其放入大土锅蒸熟。

长寿酥藕的做法已经够繁琐了,但蒸制用的土锅与柴火也有讲究。土锅就是农村用的大铁锅,与现在的不锈钢、不粘锅不太一样,据说用土锅做长寿酥藕有“烟火味”。如今多少年过去了,我的邻居仍然在用老土锅,而不用什么各种高级锅。

我曾去过农村多次,发现现在卖土锅的地方越来越少,农村生活越来越现代化,现在很少有家庭用柴火做饭,全是用电饭锅或是煤气灶代替,我在担心,如果邻居家的土锅坏了而买不到“古董锅”,既美味又能祈福的长寿酥藕会不会就此消失呢?

(李金鹏)

喝香芹牛肉藜麦羹能增强免疫力

秋意渐凉,势不可挡,最近几天,周围感冒生病的人多了起来。现在早晚温差大,提醒大家在加衣保暖的同时,也别忘了多吃一点能增强免疫力的食品。保养方法多得很,落实到我们的饭桌上,那一定不能缺少一碗营养丰富、味道鲜美的汤。

牛肉中含有丰富的蛋白质,其中的氨基酸最贴近人体的需求,与富含膳食纤维的藜麦搭配,不仅口

感相得益彰,养生功效也迅速翻倍。最近市面上,人们很喜欢的香芹也大量上市,在制作牛肉汤的时候添加少许香芹末提味,也清新怡人。这一碗汤喝下去,既暖又滋润,能一次满足身体的全部需要。

香芹牛肉藜麦羹

主料:牛肉150g,藜麦80g

配料:香芹1根、胡萝卜1根、洋葱1/4个

准备:洋葱、香芹分别切丁,胡萝卜用花刀切块

做法:1.牛肉切条,放入碗中,加入少许盐、黑胡椒粉和少许生粉;2.加入1茶匙橄榄油,充分抓匀,腌制15分钟;3.将腌制后的牛肉摊匀送入微波炉,700W微波火力加热2分钟;4.加入洋葱丁,继续加热1分钟,

加入清洗干净的藜麦;5.加开水没过食材约2cm,拌匀,700W微波火力加热5分钟;6.加入胡萝卜块和香芹丁。

(扬子)



○最美味下酒菜○

懒散之人的下酒菜

下酒菜以耐咀嚼、有回味为佳,并不一定讲究食材的名贵。

我时常会邀请一些舞文弄墨的朋友来寒舍谈艺论道,这时候免不了要准备一些佐酒的菜肴。而我又是一个懒散之人,不太愿意在食物的准备上花费太多的时间和精力。

除了常备的一些时令蔬菜之外,每每邀朋友前来喝酒,我的拿手菜肯定是一道红烧猪尾巴。这盆热气腾腾的红烧猪尾巴端上桌,每次都能博得大伙儿一阵喝采。喝一口小酒,再咬一截猪尾

巴,是一种能让四肢百骸都觉得舒畅的事情。这一段段的猪尾巴,肉质似有似无,软糯浓香,咸鲜适口,越嚼越有味道,能让舌头上的每一个味蕾高兴得欢呼雀跃,堪称佐酒的经典菜品。

红烧,为民间传统烹饪的基本方法之一。为了节约燃料,我喜欢用大火烧开之后,就转用小火慢炖,这样经过两个小时之后,就是再坚硬的食材也会变得软烂如泥。

这猪尾巴虽然貌不惊人,外表甚至还有点寒碜,可是内中的

营养成分却相当了不起,它含有对人体有益的蛋白质和多种维生素,具有补气益血、强筋壮骨、美容养颜的功效。

红烧猪尾巴,用于下酒绝对妙不可言。它不腥不膻、味道鲜美、色泽红润、浓香扑鼻。这主要的一个原因,在于制作这道菜的过程中,我用了多种香料,经提味、去膻、去腥,再加上小火长时间慢炖,才能形成色香味俱佳的美食。

这道菜四季皆宜,还有防止醉酒的神奇功效,好友大张说:

“有了你这盆红烧猪尾巴,我就是酒喝得再多,也不会翻倒。”这大概与这道菜品本身富含优质蛋白、具有保护肠胃、容易分解酒中的乙醇大有关系。只不过现在的猪尾巴也不太好买到了,因为知道此物功用的人太多了。为了做好这道美食,我必须提前一天到菜市场去预约。

你瞧,要做上一道最喜欢的下酒菜,这下和功夫还真不少呢!

我一介懒散之人,也因为时常做下酒美食而变得勤快起来了。看来美食还会改变一个人的个性,这美食的作用实在是太大了。

(徐建明)

姓名、联系方式及“最美味下酒菜”征文字样。

3.本报对所有来稿进行评定并择优在报纸上予以发表,凡文章见报,作者可获得由一德副食提供的礼品一份。

我最喜欢的下酒菜征文

菜?下酒菜的搭配技巧都有哪些?为了丰富大家的生活,本报特举办“我最喜欢的下酒菜”有奖征文活动。

1.要求:征文体裁以散文、记叙文及随笔为主,原创,字数在

800字以内。

2.投稿方式:发送电子邮件至 zkrb2578@126.com,并注明

本栏目由周口一德副食(蓝带啤酒专卖)协办
品鉴热线:15538612798

周口市民 最喜爱的饭店 订台热线

周口百春永和豆浆

一店:八一大道南路 8685666

二店:七一中路 8916666

三店:育新街东路 8260111

东云阁大酒家

周口店:周口迎宾大道 8686865

项城店:项城市青年路 4322836

北京酱骨头

地址:庆丰东路 8591888

加盟电话:13525702088

信阳私房菜

一店:文明南路 8363588

二店:汉阳南路 8395855

三店:汉阳中路 6191777

周口农家大院

地址:中州大道南段 8390277

峰基酒店

地址:七一东路峰基庄园东邻

8102999 8103999

中州君悦饭店

地址:文昌大道 8519966

信阳人家

地址:汉阳路 8238986

刘家老母鸡中式快餐

地址:人民路与大庆路交叉口

8226569

粤海城

地址:中州大道 8394980

老东乡开锅羊肉

地址:建安路(原光荣路)中段

8635678

仙翁渔庄

地址:建安路北段(原光荣路)

8917188

越秀酒店

地址:七一中路 8223333

8233333

越秀商务酒店

地址:八一大道北路 8568333

皇家越秀

地址:周口大道 8819999

8853333

九弟生蚝城

地址:汉阳中路 6129878

鸿运大酒店

地址:五一路与交通路交叉口

路南 8386166 6191266

味道江湖火锅

地址:汉阳路 8599777

锦绣江南酒店

地址:黄河东路 8318787

怡景田园休闲农庄

地址:市南开发区 15603941116

代驾电话:13803940018

千味居

地址:建安路中段(原光荣路)

8288000

云南石锅鱼

地址:建安路中段(原光荣路)

万果园隔壁

电话:8526888/13523109000

春香园食府

地址:七一路与文明路交叉口

南100米路东 8267683

重庆沱江鱼府

地址:建安路南段(原光荣路)

路西 8271669 13323876526

欢迎更多饭店加盟本栏目
咨询电话:8599376