



在西方,过圣诞节,除了聚集欢庆外,就是家家要吃圣诞大餐。其实所谓“大餐”,只不过是比平时略显丰盛一点儿罢了。不过,有几道传统食品是圣诞节所不可缺少的,比如圣诞火鸡、烟熏火腿、圣诞三文鱼、圣诞布丁等。

圣诞节吃火鸡源于美洲。据说在1620年的圣诞节,大批来自英国的移民抵达美洲的朴里毛斯山,由于当时这里除了满山遍野随处可见的火鸡外,几乎没有别的食物,于是便只好烤火鸡过节。火鸡体大肉多,味道鲜美,营养丰富,胆固醇含量又低,因此受到西方人的青睐。圣诞节吃火鸡便从此延续下来,成为一种传统。

圣诞饮食说



传统的圣诞大餐,在最早的时候流行吃烤猪、火腿,因为在天主教国家看来,猪象征着“富裕”。不论是早期的烤猪、火腿,还是后来的火鸡、三文鱼,总之都是以肉为主。因为在靠天吃饭的时期,“饥饿”是常有的事,能在一年之尾享受一顿“大块肉”晚餐,总是一件快乐的事情。

除了吃肉,圣诞大餐还是有红酒,这一传统形成的理由是:肉象征着耶稣基督的肉身,红酒代表他的血。耶稣替人受难,被钉在十字架上所受的血肉之苦,是应该被纪念的。圣诞红酒有特殊的喝法:在酒中加入红糖、橘子皮、肉桂、桔仁、葡萄干等作料,然后在火上一边加温

一边搅拌(注意不可开锅),最后淋上一点儿伏特加,起锅之后,一杯下肚,真是又香又暖。想想,在寒冷的圣诞,亲戚朋友互相走访,客人进门,脱了衣帽和手套,就忙不迭地来它一杯,何其温暖!

圣诞大餐的另一部分是甜点。如饼干、蛋糕等。这类食品一般在圣诞节前夕就开始准备了,一家人坐在一起料理制作,孩子们也最爱参与这类他们觉得有趣的事。因为圣诞糕点可以按照他们喜爱的形状和味道来做。瑞典语系的国家在做圣诞糕点时,有一个类似于中国人包年夜饭饺子的习俗,就是在杏仁味的糕点里,故意放一颗完整的杏仁,谁

要是吃到唯一的一颗完整无缺的杏仁,谁就是新年的幸运之神。幸运之神当然是得奖品的,北欧人奖给幸运之神的经常是个带着红蝴蝶领结的小猪型大饼干;在荷兰和德国则是小黑人彼得,大小有一个手掌那么大。可见,在西方吃圣诞大餐不仅可以一饱口福,而且还可以领略一种极具情趣的饮食文化。

而在我们目前的中国,圣诞节还生存在一种“时尚”状态,多数人还是不大重视,即使重视这个节日的人,也大都按照国人的饮食习惯来进餐的。不过在节日的其他活动中也渐渐有了西方的味道。

(宋殿儒)

钟情地瓜

我小时候在农村长大,每年冬天,地瓜(红薯)就是我们的主食,整个漫长的冬天,我们的饭桌上总少不了地瓜,不是蒸煮地瓜就是地瓜稀粥,不是地瓜片儿,就是地瓜丝儿,我们常常吃得吐酸水。

父亲心疼我们,就变了花样做给我们吃。他最拿手的是地瓜菜,把地瓜擦成丝,放到加了油盐 and 香菜的汤里,另外还要加进一些面条。父亲笑眯眯地看我们狼吞虎咽地吃了一碗又一碗。但那时候小麦面和油都是珍贵的东西,我们要隔很长时间才能吃一次地瓜菜。

父亲还会给我们做“地瓜枣”,“地瓜枣”其实做起来很简单,把地瓜煮熟切片晒干就行了,那可是当时孩子们奢侈的零食呢!至今我还记得那些漫长的冬夜,窗外大雪纷飞,我们围坐在火炉旁,听爷爷讲着永远也讲不完的故事,一边嚼着甜甜“地瓜枣”。

现在的生活越来越好,我早已忘记了以前天天吃地瓜的麻烦,而是深深地爱上了地瓜,还学会了很多精致的做法。

用微波炉烤地瓜。挑选几个小地瓜,洗净后放在盘中,放入微波

炉,用大火烤10分钟,就有一股焦香溢满了整间屋子。这样烤出来的地瓜比起传统的烤地瓜色香味更佳,而且更卫生。

地瓜丸子也非常可口。先把地瓜煮熟后剥皮,用勺子使劲把它们捣成泥状,再加上两勺蜂蜜。然后捏成圆圆的小丸子,在淀粉中滚一下放入油里炸。不一会儿,一粒粒圆圆的小薯丸子便浮了上来。

还可以用地瓜面做成花卷。一团小麦面粉发好的面团,一团地瓜面粉发好的面团,分别用擀面杖擀成薄饼状,把两种面饼叠一起卷成

长卷,切成馒头状,上锅蒸15分钟起锅,就能吃到一层白一层黑的花卷了,真的是好看又好吃。

咖喱地瓜杂烩可谓色香味俱全。先将地瓜、胡萝卜、青椒、小黄瓜分别切小块,将香菇丝爆香,再加入胡萝卜热炒至半熟后,加入地瓜,再加适量水,加盖闷煮10分钟,加入青椒、小黄瓜,直至全部煮熟为止。最后加入适量盐、糖及咖喱粉,味道浓淡随个人喜好调整。

其实,地瓜是一种营养很丰富的食物,它不但含有丰富的淀粉、氨基酸、纤维素及矿物质,还含有较多的胡萝卜素、维生素、粘液蛋白等,是促进儿童发育和老年保健的绿色食品。

我越来越钟情地瓜了,有地瓜相伴,平凡的日子也会更加甜蜜温暖。

(于国源)

鸡肉酥肉 禹州一绝

平日走南闯北也吃过一些四方美食,有一样东西一直都觉得还是我的家乡禹州做得最好吃,那就是鸡肉做的酥肉。它更是一年一度的农历新年团圆饭餐桌上不可缺少的美食之一。

我大舅家有两个女儿、一个儿子。儿子最小,长得很帅,高中没毕业就去北京打工,做保安的时候认识一家医院副院长的女儿,虽然家长反对,但是两个人爱得死去活来。小表哥的女朋友最喜欢吃酥肉,每次来我舅舅家玩,走的时候都要带走一大袋子。后来她回北京还想吃,自己也学着做,可惜就是做不出那

种味道来。

其实鸡肉酥肉的做法并不是很难。

首先鸡肉最好来源于农家自己养的鸡,做出来味道比较纯正。实在不行,一般市场上卖的白条鸡也可以。

先把整只鸡切成小块,放在大盆里根据个人口味加入葱末、姜末、蒜末,以及辣椒油、花椒面、酱油、香油、鸡精、调料等作料。腌制最少一整天左右,中间有空可以搅拌一下,使作料拌匀,这样调料才能充分渗透到鸡肉中。油炸之前加入生鸡蛋、揉碎的豆腐、红薯粉芡适量拌

匀——适量就是只需薄薄覆盖鸡肉即可,加豆腐、鸡蛋是为了炸出来的丸子发虚,不太硬,吃起来口感好。

然后在锅里加入食用油,油热后烹炸。如果油太热,可以放入大葱根或者大蒜瓣试试温度。用筷子一块块慢慢放入油锅之中,鸡块炸熟了之后发黄,会自动漂起来。我妈妈说她以前为了省油,总是惦记着捞酥肉,后来发现多炸一会儿倒是可以省油,因为进入酥肉的油时间久了会自动渗出来。

酥肉冷却之后保存好。这样的酥肉有很多吃法:一是直接食用。二是清蒸,想要蒸得烂的话可以加入

适量热水,最好小火慢蒸,蒸出来骨肉分离,口感非常好。过年的时候人比较闲,有些人吃过早饭就开始蒸鸡肉,装一大满碗放进蒸锅里,煤火开得很小,蒸到中午才开始吃,肉非常烂。三是可以切成小块加蔬菜等用火锅炖煮,或者加入青菜粉条做烩菜。四是可以做汤面的时候加入,直到煮烂。很多砂锅烩面就是这么做的,有个郑州的朋友来找我玩,隔几天就去吃酥肉砂锅烩面。五是可以和青菜一起炒,中间加入适量热水,做捞面的菜汤。

别的肉也可以采取这样的做法,鸡肉的优点是瘦肉多,脂肪少,且鸡肉价格也不贵,做起来成本低还好吃。不喜欢油腻的话可以把鸡皮去掉,甚至可以剔骨净肉,把骨头事先剔出去制作酥肉。

(晓明)

○最美味下酒菜○

生炒鸡翅

年纪越轻,越爱吃鸡翅,抓着啃咬别有一番滋味,朋友聚会喝酒,也是大家喜爱的下酒菜。事实上,做鸡翅可烧、可炸、可烤,简单易行,并不需要太好的厨艺。

曾经贪馋于炸鸡翅的香脆,有时觉得在外面吃得不过瘾,又买回炸鸡粉炮制。犹记当年我孤身一人到外地打拼,一个人、一瓶

酒、一份炸鸡翅,让我度过了难忘的生日。鸡翅不仅可以当男人的下酒菜,由于里面含有丰富的胶原蛋白,也深受女士喜爱。借用湘式炒法,先将鸡翅斩断,用一部分酱油和蚝油腌制,再用油煸炒至吐油,加姜蒜和青红椒入菜,再调入足量的酱油和蚝油,淋上一杯啤酒大火快烧,去腥增香。收汁

时,再放点儿青红椒点缀,放入香葱段拌匀,即成。

中国人过年喜欢大鱼大肉,现在不比以前,生活水平提高了,人们也更注重健康,所以,老人、孩子都更喜欢啃鸡翅,每次端上这道菜的时候,总会被大家一抢而空,个个嚼得满嘴留香、回味无穷。

(赵强)



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

要求: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“我最喜爱的下酒菜”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:七一路东峰基庄园东邻

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