

周口美食  
大搜索之十五  
本栏目欢迎商家冠名  
咨询电话:8599369

□晚报记者 张劲松

本报讯 品着鲜香满口的老汤面，就着醇香绵长的小车牛肉，点几份精致的私房小菜，静心品尝，体味美食与心境互动的窃窃私语，这情景真是惬意，令人留恋。近日，市区光荣路与育新街交叉口西小车牛肉老汤面的开业，赚足了市民们的眼球，也满足了市民们对绝伦美食

小车牛肉老汤面：

# 肉味醇香绵长 面味浓郁飘香

追求的欲望。

该店老板赵海涛介绍，小车牛肉历史悠久，久享盛名，之所以醇香可口、绵软鲜嫩，是和它特殊的工艺分不开的。小车牛肉的制作不加色素、不加任何添加剂，保持牛肉的本色原味，味道清香、浓郁、绵长。

小车牛肉老汤面始于清朝嘉庆年间。老汤是用新鲜的牛肉、肥土鸡、牛脊骨、羊脊骨等为

主料，天然矿泉水做汤基(自来水不宜)，加入30多种香料和十多种中药调配熬制的。老汤经大火沸煮、小火慢煮6小时以上，使主料鲜味溶于汤中，使该汤不仅含有丰富的有机物、蛋白质、氨基酸、肽、乳糖、有机酸等，而且色泽鲜美、不膻不腥、香浓绵长……用这种老汤加工出来的高品质面条，不浑汤、不断条、口感细滑、透明度高、弹性好，里面再加上几片鲜香无

比的小车牛肉，那味道浓郁飘香，让人回味无穷。

作为我市的特色面食，小车牛肉老汤面书写着小车牛肉、老汤和高品质面食完美结合的神奇。除此之外，他们还坚持每季都精心推出不同款的新美食，产品品类不仅包括最具代表性的小车牛肉老汤面，小菜、酒品等也都是精心研制、独一无二的私房美味。

## 我省举办餐饮三大赛

### 周口餐饮界精英载誉而归

□记者 付永奇 梁照曾

本报讯 昨天，记者获悉，在近日闭幕的河南省第四届豫菜品牌大赛、河南省第六届烹饪技能大赛、河南省首届饭店服务技能大赛上，来自周口餐饮界的精英在中式烹调、宾馆服务技能项目上取得不俗的成绩，为周口餐饮界迎来荣誉。

本次比赛由河南省商务厅、河南省人力资源和社会保障厅、河南省旅游局、中国人民解放军河南省军区后勤部、河南省总工会、河

南省餐饮与饭店行业协会联合主办，河南省餐饮与饭店行业协会承办。赛事分豫菜比赛、中西餐烹饪、面点、宾馆服务技能等赛项，整个赛事水平较高，近500名参赛选手各显其能，代表了我省餐饮行业的整体风貌和技术水平。

周口作为豫东重要的地域大市，餐饮业也非常发达，餐饮队伍实力雄厚，在历届河南餐饮界大赛中均取得过骄人的业绩。在本届三大赛事中，周口餐饮队伍作为河南餐饮界的一只劲旅，同样也显示出一流的餐饮烹饪

和宾馆服务业的技艺水平，来自周口新越秀管理有限公司、周口禧龙餐饮有限公司的团队参加了比赛，其中来自周口禧龙餐饮有限公司的赵永林获得中式烹调项大赛的金奖、孟红海获得中式烹调项大赛的银奖、康丹获得饭店迎宾服务技能项目大赛银奖；来自周口新越秀管理有限公司的姜秋瑾获得饭店迎宾服务技能项目大赛金奖、李海洋获得中式烹调项大赛的银奖、于长江获得中式面点项目大赛银奖、李曼曼获得餐厅服务员T台形象展示大赛银奖。

## 济南的甜沫

初冬时节，与友人相伴来到济南。老舍先生《济南的冬天》一文让冬天的济南闻名天下。是呀，济南的冬天不像多风的北京，几乎听不到风声；也不像多雾的伦敦，几乎大多时候都能感受到暖暖的阳光抚摸着你，让你不知不觉懒洋洋起来。可别，清晨的济南却有着冬天特有的干冷和凛冽，刺骨的寒意让还处在朦胧中的你也禁不住立刻就能保持清醒。但是，济南人不畏这寒、也不畏这冷，街头巷尾的地摊上处处升腾的热气让济南人感到丝丝热意，坐下来喝一碗热粥，更是驱走了身上的寒意，暖到了心里。这就是济南的甜沫，让济南人在寒冷中抖擞地踏进滚滚人潮中，奔向新的一年。

甜沫，是济南的大众小吃，几乎家家能做、天天能喝。听其名，似为甜甜的汤汁，冒着层层的白沫。实则不然，此甜沫非但不甜，反而略带咸味和稍稍的辛辣。表面虽有微微的白沫漂浮其上，但更有绿绿的菜叶、红红的花生、黄黄的姜末、白白的粉条不时

浮现其中，五颜六色，煞是好看。

甜沫历史悠远。相传明末清初年间，天灾战乱，大批难民涌入济南。一姓小粥铺经常舍粥赈济，但由于难民众多，一时间捉襟见肘，便在粥内加入大量的菜叶和咸辣调料。灾民端碗盛粥前，见煮粥的大锅内泛着白沫，便亲切地称之为“田沫”。恰有一落难书生饥肠辘辘，食粥后觉得甜美无比，以为“甜沫”。后来书生发迹，来此又喝“甜沫”，却再无丝毫甜意，恍然大悟实为“田沫”，非“甜沫”也。于是题写“甜沫”匾额，并吟诗一首：“错把田沫作沫甜，只因当初历颠连。阅尽人世沧桑味，苦辣之后总是甜。”

甜沫的做法也不难。食材有花生、豇豆、红小豆、菠菜、豆腐皮、粉条等，可谓是五颜六色，营养也蛮丰富的。先将花生、豇豆、红小豆和粉条放入锅中，慢慢煮。然后再放入菠菜和豆腐皮。甜沫不同于一般粥的淡而无味，而是五味俱全。所以要放进食

盐、五香粉、胡椒面调味。等水沸了，把刚刚磨出来的玉米面倒进沸水中，慢慢熬，熬得稠稠的、黄澄澄的，还有一缕淡淡的玉米香。第三步放入姜末、葱末等佐料，并放入少许香油使其香气四溢。

早上来一碗热乎乎的甜沫，再来几个外皮酥脆、内瓤柔嫩的油旋（亦是济南的名小吃）或者白白的小笼蒸包，感觉刺骨的冬天清晨也不再那么难熬了。对于我们这些远方的客人，在街头巷尾，从慈祥的大妈那里接过一碗甜沫，嚼着软软的花生米和豇豆，吸着滑滑的粉条，挑着绿绿的菜叶，感觉似在家中喝着妈妈亲手熬的粥，一股家的温暖瞬时就能驱走浑身的寒意。

这就是济南的甜沫，小小一碗，满含着济南人的善意和淳朴。济南人虽然不善言辞，却将自己的温厚和细心都融入一碗甜沫中，五味俱全，带给人们浓浓的暖意。假如哪天您到济南作客，千万不要忘了尝一尝济南的甜沫！

（张伟俊）

## 粗粮更容易变质



很多人觉得粗粮干燥，好保存，其实，它们比白米、白面等细粮更容易变质。

粗粮的变质原因一般分两种。一是由其营养品质决定，不饱和脂肪酸高的粗粮容易变质，比如薏仁米、糙米等。二是加工工艺的原因，比如燕麦片保质期很长，这是因为加工过程中进行了灭酶处理，延缓了脂肪氧化。而燕麦粉就非常容易变质，因为燕麦粉与氧气接触的面积显著增加，同时，加工过程中，脂肪氧化酶被激活。薏仁米、糙米容易变质也有这方面的原因，加工过程中的糊化层损伤使脂肪酶活性更高。

怎么判断粗粮变质了呢？一是出现哈喇味，证明其脂肪已经氧化变质，如果吃了会损害健康。二是发霉，可能产生黄曲霉毒素，有很强的毒性和致癌性。生虫的粗粮倒不会对健康有害，但口感可能变差。

粗粮一般有真空包装的和散装的，哪种好呢？其实各有利弊。有包装的通常是品牌企业生产，有可能质量较高，但售价也高，且无法闻风味，选择时可以看生产日期和粗粮的外观。散装的一般售价便宜，也可以直接接触到产品，但不知道生产日期（尤其是价格特别低的，有可能是陈粮），生产和流通环境控制条件有限。所以，如果对粮食品质特别熟悉的可以买散装的，如果不是特别熟悉，建议还是采购有一定品牌信誉度的包装粗粮。

粗粮买回家最好低温冷藏。粮食不怕冻，放在冷冻室或冷藏室，品质基本不会发生变化，但要注意密封。开封后的粗粮要尽快吃掉，临时贮存应放在阴凉、干燥和通风的地方。

（据《生命时报》）

# 广告