

## 大厨教你做年夜饭 第二弹

上期,《美食休闲》周刊推出了“年夜饭,大厨教你露一手”,没想到收到的读者反馈着实精彩,让小记受宠若惊。一些读者来信表示,将认真学做快报美食版大厨推荐的佳肴,为爱自己和自己所爱的人献上新年温情,还有不少来自浙江杭州、湖北武汉、山东蒙阴等地的美食爱好者投稿呢。不过,上期的版面也并非完美,读者小虎就说了:“菜肴的图片有点小,看得不过瘾。”

本期,小记将再接再厉,邀请南京知名餐饮企业的大厨们推荐心水年夜饭佳肴,并将做法倾囊相授。好学的第二弹来啦! 快报记者 彭凌梅 本版摄影 辛一



### 龙宫行政总厨丁子军

推荐菜肴:清汤鱼圆  
寓意:复合型的深意——年年有余(鱼)+团团圆圆。  
主料:青鱼(洪泽湖)、青菜  
辅料:生姜、葱、蛋清、盐、味精  
做法:1. 将青鱼宰杀剖洗干净,放置8小时。

2. 用刀刮取鱼泥,排刺成鱼茸,用纱布包起来将水分沥干。将鱼茸放入容器中,加少许葱姜水,顺同一方向搅拌至有粘性,后放入蛋清、盐、味精继续搅匀。  
3. 用小勺将鱼糊挤成丸状,水煮开后小火慢炖,再放入青菜即可。

#### 背后的故事:

话说孙悟空大闹天宫时,偷吃了太上老君的仙丹,太上老君此后炼丹只得避开大圣,找到洪泽湖南岸的一个山洞。不承想,神丹炼好之际孙悟空上门来了,老君连忙将仙丹装到葫芦里往天上跑,慌乱中不少仙丹都落到洪泽湖里了,鱼、虾、蟹都抢着吃仙丹,从此洪泽湖里的鱼肉更加可口好吃了。



### 江南公社行政总厨宁斌

推荐菜肴:江南酱椒鱼头王  
寓意:无须多说,寓意必然是年年有余(鱼)。  
主料:雄鱼头。  
辅料:粉丝、酱椒、小米椒。  
做法:1. 将鱼头从背上打

开,在背的肉上划几条花刀备用。  
2. 将特制的酱椒和小米椒熬制成辣酱。  
3. 将粉丝打底,把鲜鱼头放入盘里,加一勺蒸鱼豉油。一勺特制辣酱。放入蒸箱8-10分钟就好。出菜前撒上葱花即可。

#### 背后的故事:

记得2001年我还是学徒的时候,长沙菩提酒楼忽然推出一味由剁椒鱼头创新而来的酱椒鱼头,命名“开胃鱼头王”,引得无数人前来排队等吃,据说该店200多桌都不够用,一天销售额能达到14万。我的一位师兄也因为做此道菜而成为名厨。如今,我做起这道菜来,也希望能够让广大食客吃得满足,吃得开心。今年过年在家做年夜饭,我也会做这道拿手菜给最亲爱的人吃!



### 狮子楼行政总厨高士宝

推荐菜肴:团团圆圆狮子头  
寓意:团圆吉祥,红红火火。  
主料:苏北黑猪五花肉  
辅料:菜心、太湖虾籽、冬笋  
做法:1. 肉细切,粗斩成石榴米状

2. 加辅料、调味料制作生坯,入高温油炸制成金黄定型,加入去腥、增香葱姜料酒大火烧开。

3. 高火长时间焖制而成。

#### 背后的故事:

唐朝时随着经济的繁荣,宦官权贵们也开始讲究饮食。有一次,邠国公韦陟宴客,府中的名厨韦巨元做了“葵花斩肉”这道菜,只见那巨大的肉团子做成的葵花心精美绝伦,有如雄狮之头。宾客们趁机劝酒道:“邠国公半生戎马,战功彪炳,应佩狮子帅印。”韦陟高兴地举酒杯一饮而尽,说:“为纪念今日盛会,‘葵花斩肉’不如改名‘狮子头’。”一呼百诺,从此扬州就添了“狮子头”这道名菜,如今狮子楼传承淮扬菜经典将这道名菜发扬广大,南来北往的食客慕名而来!



Superior royal roast ducks of KingTown Restaurant.

### 金塘美食铭 - 御品鸭王

【齐民要术】之炙鸭,开中华烤鸭之先河;【饮膳正要】之烧鸭,启北京烤鸭之源流。迨至清代,京师美饕,莫妙于鸭,而炙者尤佳,乃北京菜市口米市胡同之金陵老便宜坊是也。民田以障,便宜坊、全聚德、天意坊、福全馆、聚源挂炉,日日争辉。惜!烤鸭虽为京都珍味,唯金陵本地难以品尝,实为食家所憾然矣!公元二零零玖年,金塘御品鸭王,寻得清宫御品鸭王长吉后人亲临执掌,攻古今制鸭之方略,研美食发展之要义,汇各家所长,修契制轨,融汇众美,终就『御品』烤鸭。诚为中华美食之至味也。

只做最好的北京烤鸭!

TEL 025 | 85653551 85653552

汉中路8号金轮新天地南门4B-1号



金塘大酒店狮子桥店 地址:湖南路狮子桥2号 订餐:025-83248777 83248799  
金塘深海鱼馆 地址:解放路20号 订餐:025-84601008 52269790

南京香浦国际精工饮食有限公司

