

快报·欢乐社区行

老外推荐菜谱,专业大厨示范

# 跟着快报学做地道圣诞大餐

今天就是平安夜了。为了教大家做一桌地道的圣诞大餐,前天,现代快报欢乐社区行来到了烛光西餐厅。在专业的西餐大厨现场示范下,30位读者学会了一道道传统经典的圣诞美食。

千万别羡慕他们,看完下面的报道,你也可以在家做大餐、开圣诞派对!

□现代快报记者 孙羽霖 仲茜 钟晓敏

## 来,和我们一起做吧

西方人的圣诞大餐,究竟有哪些必不可少的传统菜品?活动开始前,大家就讨论开了。南京市第一中学的外教Anna介绍,“在美国的圣诞大餐里,烤火鸡是必不可少的。”从小到大,每年圣诞节,妈妈都会准备一只很大的火鸡,“当热气腾腾的火鸡从烤箱里拿出来,是全家最幸福的时候。”

来自德国的Kevin说,烟熏香肠是德国最传统的圣诞大餐。各种口味的德式香肠,经过煎炸、烧烤,味道更香。“每年的圣诞节,人们都可以吃到很多品种

的香肠,有点像香肠大会。”

而一提起圣诞大餐,来自法国的O.Henry则十分怀念吃起来满口香甜的热苹果派。来自意大利的Permiro也向大家推荐了一道传统的圣诞大餐前菜——蛋黄大虾沙拉。“大颗粒的虾球,加上香甜的蛋黄酱和水果蔬菜,胃口立即大开。”

经4位外国朋友强烈推荐,我们决定教大家做蛋黄大虾沙拉、烤火鸡、香煎培根香肠卷、苹果派这四道菜。操作人就是烛光西餐厅经理——有留德经历的西餐主厨骆昊。



圣诞大餐出炉 现代快报记者 施向辉 摄

### 主菜

#### 蔓越莓酱配烤火鸡

原料:火鸡、蔓越莓酱,面包条、洋葱、土豆、芝士等填充料、黄油

##### 步骤:

- 1.准备火鸡填充料,加入调味料拌匀;
- 2.解冻火鸡,涂一层黄油,加入填充料,300℃烤制3小时左右;
- 3.用火鸡内脏、脖子配蔓越莓酱熬制酱料,作为蘸料。

骆昊介绍,西方选料的烤火鸡,个头都要达到10斤以上,南京进口超市里,可以买到腌制好的火鸡。

“烤火鸡并不难,难的是准备火鸡肚子中的填充料和

酱汁。”骆昊向大家演示了美国人常做的火鸡填充料。将切好的面包条、洋葱粒、西芹块、土豆条、苹果块、橙子块、培根片、火腿丁混合起来,撒入黑胡椒粉、迷迭香、鼠尾草等香料进行搅拌。“你还可以加入话梅、番茄酱、芝士、黄油、芥末等,然后塞入火鸡肚子里,用锡纸封住切口,一起放入烤箱烘烤。”

“我们需要制作一碗酱汁,就是南京人说的‘卤子’”。骆昊取下火鸡的脖子及内脏,用黄油煎至金黄,再放入蔓越莓酱加入高汤,熬制10分钟,一碗浓稠的酱汁就出锅了。

### 主菜

#### 香煎培根香肠卷

原料:各种香肠、培根

##### 步骤:

- 1.将香肠用水煮熟,分段切十字花刀;
- 2.卷上培根片,用牙签串起;
- 3.用油煎炸至金黄即可。

香肠是德国人圣诞大餐里必不可少的美食。各种口味的香肠,经过煎炸、烧烤,肉香更浓。烛光西餐厅里就主营德国式香肠,店老板骆昊拿出十多种口味的香肠,给大家制作圣诞大餐。

首先,将冻香肠用开水煮熟晾干,再将每根香肠切成两寸长,两头开“十字花刀”,中间卷上一片培根,用牙签串起。待锅中油温至100℃左右,下锅煎炸。5分钟后,等香肠两头的十字花形完全打开,培根白肉部分渍出油来,便可起锅。

来自墨西哥的Joeqvin品尝后,竖起大拇指:“太香了,香肠很好吃。”他告诉记者,在他们家乡,圣诞也会煎炸香肠,不过口感更酥脆。

### 甜点

#### 法式苹果派

原料:苹果、低精面粉、柠檬、白糖、牛奶、黄油、玉桂粉

##### 步骤:

- 1.苹果去皮切片,拌入柠檬水;
- 2.和入面粉、牛奶、白糖、黄油,搅拌均匀成糊状;
- 3.倒入烤盘中,用200℃的温度烤制40分钟,表面金黄即可。

苹果派是西方非常传统的一道甜点,它是在面点中加入充足的苹果馅料和黄油,烘烤而成。3个苹果、牛奶150克、玉桂粉2克、柠檬1个、白糖150克、低精粉150克、黄油150克。按照此比例,可做出

一铁盘、4人份的苹果派。

先将去皮后的苹果切成薄片,盛入大碗中,挤入柠檬汁,进行搅拌。这一步是让苹果片有一个发酵的过程。5分钟后,再放入白糖、低精粉、玉桂粉、牛奶,进行第二次搅拌。最后倒入融化至温热的黄油,再一次搅拌。这时,空气中散发着浓浓的苹果香和黄油香。4岁的马一鸣小朋友,忍不住咽了口水说:“妈妈,这个味道好香啊!”

还有个小技巧,烘烤前在铁盘底部均匀地涂抹一层黄油。“这样可以确保苹果派不粘锅底,容易装盘。”

## 快报少年实践营给需要帮助的孩子送去温暖

昨天,来自现代快报“少年实践营”的200多名孩子,兵分两路——一部分在湖南路举行义卖义演活动,筹集善款,帮助1岁多、重度脑积水的女孩小月月;一部分赶赴福利院,给那里的孩子带去圣诞礼物。

### 给小月月筹集善款

尽管已是上午10点多,但刺骨的风还是把路人的耳朵吹得生疼。夫子庙小学二(1)班的沈洪睿,正和他的同学们在舞台上表演管乐合奏《铃儿响叮当》和《欢乐颂》。当市民们得知,这群孩子的义演,是为了给年仅1岁多、患有重度脑积水的女孩张心月筹集手术费时,感叹不已。他们纷纷掏出血汗钱,少则几元,多则几百,塞进工作人员手中的募捐箱。

演出结束一走下舞台,沈洪睿顾不上冷得通红的小手,赶紧把早上卖快报挣得的11块钱,也投入募捐箱。“钱好挣吗?”小男孩像个大人似的叹气,“难。”但是被问到是否后悔,他立即摇摇头,“我自己挣的钱,如果能帮到别人,更好。”

此后上台的20多名长江路小学一(5)班的孩子,演绎了《让世界充满爱》的“童声版”。一位孩子的妈妈表示,让孩子卖报、参加演出,不仅能让他学会帮助别人,同时也是一种锻炼勇气和处事能力的“挫折教育”。“总之,非常有意义。”

根据现代快报工作人员的统计,昨天上午,孩子们共义卖出快报760份,来自孩子和热心市民的捐款,共计1580元。

### 给福利院的孩子送礼物

来自秦淮区第一中心小学、鼓楼区第一中心小学、石鼓路小学、南师附小江宁分校、雨花台区实验小学的80多名孩子,则一大早来到高淳东坝镇的社会福利院,给那里的孩子带去文具、玩具、日用品等。

而对于福利院的孩子来说,最开心的“圣诞大礼”,无异于秦淮区第一中心小学一(3)班同学表演的舞蹈——《江南Style》。他们看得一边鼓掌,一边开心大笑。福利院的老师介绍,这些孩子多多少少在智力和身体上有缺陷,每到节日,他们总是抱着感恩的心情,给别人表演节目。他们没想到,在这个“提前了的圣诞节”,能看到其他孩子精心准备的表演,“大家都很开心,很感动。”

如果你希望你的孩子也参与现代快报“少年实践营”的活动,可以查看西祠版“现代快报少年实践营”,或关注新浪微博“@现代快报少年实践营”。我们将及时更新活动信息,欢迎你们的参与。

现代快报记者 王颖菲



小朋友们现场捐款 现代快报记者 施向辉 摄



哇,好大的烤火鸡

### 前菜

#### 蛋黄大虾沙拉

原料:生菜、圣女果、哈密瓜、手剥鲜虾仁、自制蛋黄酱

##### 步骤:

- 1.将球形生菜掰开,手撕碎,铺在盘底;
- 2.将虾仁焯水,拌入蛋黄酱;
- 3.将拌好的虾仁倒在生菜上,并用切好的哈密瓜、圣女果、彩椒丝摆盘。

选料过程中,特别需要注意的是,要选用口感清脆、微甜

的球形绿叶生菜,最好选用新鲜大虾代替冻虾仁。此外,不要选择果肉太硬的哈密瓜,最好是青皮的伊丽莎白瓜,果肉棉软又香甜,切块时可选用“V”字形刀法,好看又方便入口。

这道菜最难掌握的,是蛋黄酱的调制。具体做法是:取一个鸡蛋蛋黄,滴入食用油,用打蛋器顺着一个方向打匀,后加入胡椒粉、盐、桂皮粉、香草等调料。