



特约主持

魏瀚

巨蟹座,80后厨师。东方卫视首届顶级厨师冠军,巴黎蓝带厨艺学院荣誉勋章获得者,健康美食顾问,时尚专栏美食作家。

@hi小宝君 <http://weibo.com/weihan630>

中餐文化中,精髓就在于用酱。不管是豆瓣酱、黄豆酱、辣椒酱、番茄酱,只要用得巧妙,都可以让你的厨艺瞬间有突飞猛进的提高。

抛开什么都靠自己熬煮的大厨套路。超市里面各种现成的酱,这种被看成工业化的产品,却能在最短时间内给你最大的帮助。凡事总有利弊,超市的酱料势必要迎合大众的口味,所以你必须买回来根据自己的口味进行调和。简单来讲,不要小看任何一瓶酱。现在“老干妈”在国外已经被奉为奢侈品食物,米其林评论它的前调有着微辣的芬芳口

感,中调是咸香浓郁,后调又突显黄豆的甜与馨香。这无疑是按照香水的鉴赏模式欣赏我们最常见的一瓶豆瓣酱,是不是一下就觉得惊为天入?因此不要小看身边任何一盘酱,很多的美味,全靠它们神来一笔。

我个人最偏爱的则是四川郫县的豆瓣酱,四川的回锅肉、红烧肉都少不了这一口浓郁芬芳的辣酱,最后再放上一小勺糖入菜,即是与豆瓣酱最完美的融合,鲜味在瞬间迸发。

去了北方之后偏爱麻酱。有个段子说北方人去重庆吃火锅要麻

酱,被服务员告知只有扑克牌,我想这个地域文化的差别在一句话里面就体现得淋漓尽致。若你习惯了北方的火锅蘸碟,或爱上武汉那辣香的热干面,你会发现面条中同时放上麻油和麻酱,简直让人挪不动脚。

烤鸭里面的京酱,上海爱用的南乳,湖南偏爱的剁辣椒酱,云南爱的虾酱,广州爱的叉烧酱,台湾爱的沙茶酱,老外爱之如命的沙拉酱。各式各样的酱料,仿佛就围成了一幅中国地图,这瓶瓶罐罐里的,才是真正的地和味道。

酱的味道,谁又能不爱呢?

兰姨谈吃

秘制香辣酱 新鲜出炉啦

嗜辣的吃货每每闻到辣椒的香味,就走不动路了。对他们来说,有时辣椒的魅力已经远远超越了食物本身的味道,他们要的就是被辣味充满整个口腔的饱满与热烈。满桌美味,他独独钟情桌上那一小碟辣椒酱。这一期,就向嗜辣的吃货们推出一款秘制香辣酱,以解相思之情。

白嫩的豆花,蘸着麻辣鲜香的味碟 吃得人肚皮溜圆却意犹未尽

在外生活多年,对故乡的记忆越来越模糊,却又那样深入骨髓。每次回家最想吃的大餐,就是豆花了。

汪曾祺曾说:四川的豆花是很妙的东西!当年他和几个作家到四川旅游,和林斤澜钻进一家只有穿草鞋的乡下人才光顾的小店,一人要了一碗豆花。豆花用筷子夹出来,蘸“味碟”里的作料吃。味碟里主要是豆瓣。豆花汤里加切碎的青菜,称为“菜豆花”。汪曾祺认为北京的豆花以鸡汤煨成,过于讲究,不如乡坝头的豆花存其本味。果然是美食家汪曾祺!

小时候,吃豆花是一个极其隆重的仪式!几乎每个大院里都有一个公用石磨,要提前预定使用时间。阿婆早几天就会把黄豆泡好,在定好的日子里,一家人提着大桶、小桶、大盆、小盆,浩浩荡荡地开始磨豆浆。阿婆负责把豆子一瓢一瓢地倒进石磨孔里,雪白的豆浆瞬间就顺着石槽欢快地流淌出来。然后,熬浆、滤浆……大人们一边忙碌,一边呵斥乱跑的小孩:走开,小心烫到!不要碰到!

该点卤水了,阿公端着珍藏的卤水罐,一边点着,一边告诫:卤水碰不得啊,杨白劳就是喝了卤水死的啊!小孩子在旁边大气不

敢出,眼看着雪白的豆浆在阿公的指点下变成了白白嫩嫩的豆花!然后用刀在锅里将豆花划成四四方方的小块,用小火咕嘟咕嘟地保着温,整个院子里都弥漫着豆浆的清香,辣酱的麻香……小孩子早就息气凝神,乖乖地坐在饭桌旁等着了。

正如汪曾祺所言,四川豆花的妙处就在那个“味碟”。做好的豆花,蘸着蘸料,又烫又辣,又香又暖,实在是妙不可言!一家人围着偌大的饭桌,只有一个大碗摆在中间,盛着白花花的豆花,吃完一碗再盛一碗,不知不觉,几碗米饭就下肚了,人人吃得肚皮溜圆却都意犹未尽。在记忆中,吃豆花时绝不会有别的菜肴,桌上除了豆花,摆得满满的都是大大小小的味碟。因为豆花的暖香已经令所有的美味黯然失色,显得多余了。

后来,在故乡以外,真的就再也没有吃到那种美味了!豆腐不是自贡盐井中的卤水点的,总有点苦苦涩涩,缺少了一种甜香;花椒不麻,辣椒不辣,蘸料少了种回味鲜香,没有那种意味深长……唉,其实我知道,是缺少了家乡的味道!舌尖上的记忆,是一种挥之不去的乡愁!

阿公的秘制辣椒油

辣椒油是川菜中最常见的调味品,每家每户的做法也各不相同。这里,我把阿公秘传的辣椒油公之于众,好东西要分享嘛!

■材料:
干红辣椒,花椒,三萆

■工具:
食品搅拌机,干磨杯

■步骤:
(因为辣椒很辣,操作时请戴一次性手套。)

1. 用剪刀把干辣椒剪成小段,放进微波炉内高火加热30秒到1分钟,可以先加热30秒,不够干和香,再追加时间;

2. 烤好的干辣椒段晾凉,用手轻轻翻动,尽量使辣椒籽和辣椒分离;

3. 将分离好的辣椒段放入搅拌机的干磨杯,辣椒籽与花椒、三萆放在一起待用;

4. 将辣椒段打成粉面,倒出;

5. 将辣椒籽、花椒、三萆倒入干磨杯再打成粉,倒入打好的辣椒面中搅匀;

6. 将搅匀的辣椒粉分成两份;

7. 炒锅置火上烧热,倒二两油烧至八成热(冒大量青烟)后,浇入一份辣椒粉中,一边倒一边用筷子搅动,使碗里的辣椒粉全部炸透;

8. 待碗里的油稍凉(沸腾的油泡平静)后,再倒入另一半辣椒面搅匀即可。



兰姨,非主流资深煮菜老妈,会煮菜,会写作,阳光、坚韧、充满爱心。擅长家常菜的制作与烹饪。在给家人以特别补养与关怀的同时,也希望更多的温暖和幸福在餐桌边延续。最新推出《温暖传家菜》一书。

@兰姨 lanerlove <http://weibo.com/u/2161192371>

“兰姨牌”秘制香辣酱 搭配热豆腐、清汤火锅是极好的

偶然间,一次在超市中见到了家乡产的香辣酱,买回来尝试下,竟有五六分的相似。后经我精心调制与改良,更有了七八分的接近,呵呵,聊以解乡愁了!从此,这种香辣酱就成了家中常备了,也成为兰姨的招牌酱料。朋友来了,总会嘱咐要多调一些带走;家里吃火锅也摒弃了那种麻辣锅底,只用清汤涮,用这种酱料蘸着吃,既好吃,又健康。

现在就把这种秘制香辣酱的做法公布于众。

原料就是自贡产的天车牌香辣酱、天车牌甜面酱、秘制辣椒油、油炸花生碎、小磨麻油、葱花、蒜花、芫荽末。

制作时,首先将香辣酱倒入大碗中,按4:1的比例加入甜面酱(如果口味偏甜,可适当多加甜面酱);接着加入油炸花生米碾压成的花生碎、1至2汤匙秘

制辣椒油(可依个人口味决定辣味级别),1汤匙小磨麻油;然后加入切好的葱花、蒜花、芫荽末;把这些调匀就好了。

这种辣酱可以当做水煮蔬菜、火锅的蘸料,也可以用来夹馒头、拌面条,很开胃呢!我最喜欢用来蘸豆腐,吃清汤火锅。用骨汤当底料,买一大堆你喜欢的菜品,边烫边蘸,又清爽,又够味。赶快去试试吧。

也可以拿这种香辣酱来蘸豆腐。只要将嫩豆腐切成小块,在淡盐水中煮透,然后取一小碟香辣酱,将煮好的豆腐一块一块地蘸着吃,就非常美味了。四川有一句谚语叫“冷耙热豆腐”。就是说糍粑类食品要冷着吃,豆腐要趁热吃。所以,煮好的豆腐不要急着都盛出来,先少盛一点,其余的盖好锅盖保温,吃完了再盛,温度是保证口感的重要环节。

温馨提示:

制作辣椒面要把辣椒和辣椒籽分开磨碎!这是保证辣椒面香辣的诀窍!我们家的辣椒油根本不放芝麻花生之类的香料,照样喷香诱人,秘诀就在这里。



兰姨的秘制香辣酱看上去是不是很诱人?用来蘸豆腐,味道想必是极好的