



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>

说到小时候最早接触到的酒类,应该就是酒酿了吧。小时候,经常悄悄把妈妈藏起来的酒酿掀开盖子,先闻那一阵香浓,再用小勺轻轻压住糯米,撇出一小点酒酿汁,喝完后小脸蛋红红的,心满意足地离开了。那种滋味至今想来都垂涎欲滴,大概“酒鬼”就是这么从小练成的吧。

几乎所有的古镇都会有当地自酿的糯米酒,泛舟小河上,一人干一碗,在我看来,那是古镇风情里最让人回味的瞬间了。说到糯米酒,家家户户都有自己的故事,不管是加桂

花糖,还是酿久了打开盖子时,“噗”的一声爆炸,它总是萦绕在很多人的记忆里,伴着那淡雅的香气,飘之不散。

记得那年在法国,好不容易才在中国超市买到了酒酿,把法国房东看得目瞪口呆。为什么你们的酒里有这么多米?我无法跟他解释这不是主食,就顺势下了一碗溏心蛋,他吃了啧啧称奇,说如果天天拿这个当主食也会是很好的选择。法国的酒酿价格可比国内翻了10倍,所以每次我们都只用一小勺,图的就

是一个味道和回忆。

酒酿在厨房里,最大的优势就是清甜。炒甜辣口味的菜肴时,我都喜欢放一点点酒酿,它的味道醇和,不如白糖般立马就释放出甜味,而是藏在第一味的遮掩下,不经意间从舌尖悄悄释放出那回甘的调皮香气。因为酒酿本身融合了很多种味道,能让整个菜和谐均匀。

发酵的糯米在秋天有很好的温补作用,在这个季节里多吃一些,不仅不会燥热,还可以养颜美容,怎么样,听了是不是很心动呀?

兰姨谈吃



用最美好的时光酿一钵桂花糯米甜酒酿

南京最迷人的地方,便是那一年四季萦绕在街头巷尾的花香:初春腊梅的暗香浮动;夏日白兰花、栀子花的幽雅馨香……而最让人沉醉的,则是那秋风中夹带着的缕缕桂花香,还有那随着穿行的自行车一路飘过的叫卖声:桂花糯米甜酒酿……

那钵酒红色的醪糟 仿佛预示家里好事的来临

从小对酒酿就有着深深的迷恋,对酒酿荷包蛋更有着一种近乎偏执的喜好,总认为那溏心的蛋黄与酒酿的甜香在齿颊间的水乳交融,是世界上最美妙和谐的体验和享受。童年难忘的美食记忆里,最清晰的竟然是随母亲下放学习的某个夜晚,和一群嬢嬢打着手电筒到镇上吃醪糟蛋。

老家称酒酿为醪糟。据说是女人的专属食品!有一个长辈是妇产科主任,总是不厌其烦地叮嘱她的病人要多吃酒酿,说这是个好东西!道理不太清楚,但这句话却记住了!家乡一直保留着产妇吃醪糟的风俗习惯,醪糟荷包蛋更是深入人心,也是最平易近人的滋补甜品。谁家媳妇生孩子,婆婆都会在临盆之前做好一大钵醪糟,一方面给坐月子的产妇滋补下奶用;另一方面也要给每一个来家道贺的亲朋好友端上一碗醪糟蛋,意义就相当于南京的红鸡蛋。

阿婆做的醪糟好,是远近都

闻名的。最匪夷所思的是婶婶生堂弟时做的那次。家里男丁不旺,从父亲那辈起,几房堂叔伯家生的都是女儿,最后一线希望都落在婶婶隆起的肚子上!预产期正好是春节前后,阿婆照例买回了糯米做醪糟:泡好蒸好,与酒曲拌匀后,就像呵护婴儿一样里三层外三层给瓦钵包上了棉被。阿婆每天都要伸手到棉被里试试温度,在寒冷的腊月,包在棉被里的瓦钵总是热热暖暖的,就像阿婆温暖的手心。几天后,屋子里就能闻到甜甜的酒香了。

又过了两三天,阿婆惊奇地发现那满满的一钵醪糟变成了令人惊艳的酒红色,味道也是出奇的香甜。红通通的醪糟仿佛预示着好事的来临,果然,两天后,在全家人的热切期盼中,八斤重的小堂弟呱呱坠地了。

当晚,欣喜若狂的阿婆亲自下厨,为院里的邻居每人煮了一碗红通通的醪糟蛋,众人一边道贺,一边称奇,都说那是他们吃过的最香甜浓郁的醪糟蛋。

200多份溏心醪糟蛋 阿公最津津乐道的“壮举”

阿公煮醪糟蛋是他最得意的技艺之一。这个看似最家常的小吃,想做却并不是那么容易。作为“一带名厨”,阿公承办过各种规模的筵席,而最让他津津乐道的,却是在一次满月酒上为几百号人煮醪糟蛋的壮举。

作为孩子降生的报喜标志,醪糟蛋是家乡满月酒上不可或缺的甜品。那次东家喜得长孙,摆了二十几桌大宴宾客,这就意味着要为席上的二百多位客人每人准备一份醪糟蛋!二百多碗荷包蛋,每个蛋都要如珠玉般洁白圆润,还必须是溏心蛋黄、软硬适宜。要知道,甜品的温度及上菜速度都是影响溏心形成与保留的重要因素,变化就在瞬息之间。只见阿公吩咐徒弟准备了数个巨大的蒸笼,将按宾客人数准备的小碗分层置于笼中蒸热;然后由他往每个小碗中注入少量滚热的糖开水,徒弟则紧跟其后将鸡蛋逐一敲入碗中;待二百多个鸡蛋全部打完,逐层轻轻上笼盖好,就开大火力猛蒸数分钟;等鸡蛋全部凝固成形,再逐碗浇入早已滚开的醪糟汁,二百多碗醪糟蛋就这样华丽丽地上桌了。整个过程一气呵成,火候

拿捏得恰到好处,各个环节的衔接更是天衣无缝。

宾客们用调羹舀起那颗蛋,轻轻咬开,中心那一抹如凝脂般金黄的溏心,慢慢流淌着浸润进清亮洁白的醪糟汁中,那又是怎样的一种惊艳绝伦啊!

如今,吃着南京的桂花糯米甜酒酿,又多了种别样的甜蜜与芬芳,更有着一种他乡遇故交的亲切感。每每冷不丁听到楼下叫卖“桂花糯米甜酒酿”时,那生硬的、用扩音喇叭重复播出的洋泾普通话,总会让我奇怪地冒出一身鸡皮疙瘩,不知这是怎样的一种生理反应,抑或是一种情感反应?常常会忍不住技痒,做些酒酿来慰劳下自己。其实,也没有什么特别复杂的工艺,只是学着阿婆的样儿,让双手慢慢去感受温暖就好了。很喜欢这样的制作过程:不急不躁,不温不火,只等着让时间去把它慢慢发酵、转化、升华、凝结、沉积成盆钵满满的浓情蜜意。就好比我们的生活,但愿能只闻花香,不谈悲喜;喝茶读书,不争朝夕;希望阳光能暖一点,再暖一点;日子慢一些,再慢一些——让岁月如酒酿般沉静美好。

自制甜酒酿

原料:糯米3-4斤,甜酒曲

做法:

- 1.将糯米浸泡24小时,至米粒能用手碾碎时,再将其捞起沥干;
- 2.用蒸锅将泡好的米蒸熟(约需45分钟),晾至不烫手的温度(约35℃);
- 3.用冷开水将酒曲化开,切忌用生水;
- 4.将酒曲水倒入温热的米中拌匀,请戴上一次性手套搅拌;
- 5.将拌好的米装入有盖的器皿压实,中间留一小洞。盖好盖子,用棉被包好保温。如果是冬天,可将电暖宝或热水袋加热后一起包入棉被中保温24-36小时;请随时查看温度,以手伸进棉被中感到温暖为宜;
- 6.等闻到有酒香味并有水漫过中间的小洞就可以吃了!



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。在家人以特别培养与关怀的同时,也希望更多的温暖和幸福在餐桌边延续。著有《温暖传家菜》一书。

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