



不时不食

大暑时节 广府名菜冬瓜盅驾到

文/图 羊城晚报记者 宋昀潇
实习生 潘民列 金瑜

类冬瓜盅的 烹法自古有之

冬瓜可以说是我们餐桌上的常客,烹饪方法可以说也是多种多样。然而,在民间仍然存在这样一种观点,素菜很难成为宴席上的硬菜,加入丰富食材的冬瓜盅却改变了这种状况,在夏季广州人的餐桌,它可是极受欢迎的大菜,盅内,各种美味都被锁在汤水之中,每次登场,食客都会以一种特有的仪式感细细品尝。

冬瓜盅在历史上并没有非常明确的记载,所记载的基本是冬瓜盅的“近亲”,譬如《江陵县志》中所记载的“冬瓜鳖裙羹”,即是用甲鱼裙边加上冬瓜在鸡汤当炖煮;而与冬瓜盅较为接近的记载就是“煨冬瓜”了:切去冬瓜顶盖,去瓤,在瓜内加入料酒、酱油、香料以及猪肉、鸡鸭肉或羊肉等食材,然后在带火的灰里煨熟。



迷你冬瓜盅

大暑节气,天气炎热,根据中医理论,此时易伤筋耗气,应进食清淡、清热、健脾、利湿、益气的食物滋补身体。广东民间在夏天,特别是最为炎热的大暑,素有吃冬瓜、苦瓜还有凉粉等能消暑解暑食物的习俗。其中,冬瓜盅作为粤菜当中的“扛把子”,十分适合大暑时节食用。

粤菜餐厅常备拿手冬瓜盅

每逢大暑小暑,很多老广都会想起冬瓜盅这道名菜,广州不少餐厅在夏季都会推出自己的特色冬瓜盅。越华路珠江国际大厦的龙庭绣厨是不少美食家口中“专做心机菜”的精致餐馆,行政总厨邱金玉最近围绕冬瓜这个主题,推出了两款时令菜。

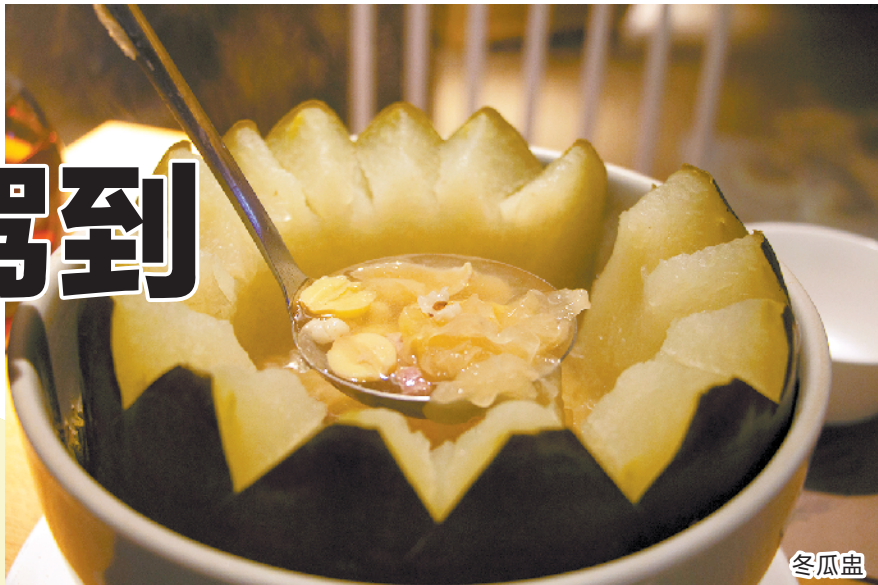
他们的迷你冬瓜盅在食材上下足了功夫,其主角是鲜味和香味都非常突出的响螺肉,加上瑶柱、老鸡、瘦肉、蟹肉、火腿等食材,当然,还有广府人认为必不可少的夜香花。不过,邱金玉此次只是把它用来做装饰。“我们这款迷你冬瓜盅很受食客欢迎,如果不提前预订,临时堂食基本是点不到的。”

而另外一款“翠田种玉”则专为素食爱好者而设,用高汤煨软的冬瓜环,里面盛满先用镬爆香的鲜爽木耳、黄耳、雪耳、青椒、黄椒、红椒、芦笋粒,而衬底是餐厅内最新鲜嫩滑的绿叶时菜,

可以是辣椒叶、莴菜、芝麻菜、枸杞叶……上桌之前浇一小勺超浓缩秘制上汤,顶上撒一小撮香脆提神的炸姜丝,虽是素菜,口感却十分丰富,味道鲜爽香甜。

而位于西关的甘稻粤式田园菜酒家,其八宝冬瓜盅在大众点评冬瓜盅排行榜排名位列广州第一,而且价格适中,适合全家人一起食用。该店的员工告诉羊城晚报记者,在夏天,他们的冬瓜盅卖得特别火,但厨房每天只准备30份,售完即止。记者落座后环顾四周,发现这里每一桌客人都会点上一份冬瓜盅。

冬瓜盅上桌时,切口是用保鲜膜包裹好的,掀开之后,只见盅内的汤水清澈透明,略泛油光。该店主打的是八宝冬瓜盅,因而里面的素菜偏多,有百合、莲子、薏米、雪耳、红枣等食材,而肉类则有火腿及瘦肉等。汤水送入口中,各种食材混合的香气充满口腔,清甜解暑。



冬瓜盅



天时暑热,冬瓜是肉类市场里的销量担当

在家炖出个人专属冬瓜盅



翠田种玉

虽说冬瓜盅是粤菜中的硬菜,但做起来也并没有“难于上青天”,在家也能根据个人喜好以及现有食材,做出你家属属的简易版冬瓜盅。

首先,根据你家炖锅的大小,买半截尺寸合适的冬瓜,用刀在切口边缘切出小三角齿轮状花边,挖出瓜瓤。如果想“扩容”多放点食材,也可以把部分瓜肉切挖出来。要是你感兴趣及有这个本事,那就在瓜皮上面刻出自己喜欢的图案吧。切记,瓜皮千万不可切断。用沸水把处理好的冬瓜煮十来分钟,然后“过冷河”备用。

鸭肉、火腿、冬菇、田鸡等分别切成丁或小段,入调味料腌至入味,然后连同处理好的冬菇、火腿、干贝、莲子等食材一起放入瓜内,加高汤等调料在锅中炖煮一个小时左右,最后加入夜香花、火腿细丝,并据个人口味再次调味,煮沸后即可取出食用即可。

行业观察 三伏到了,中秋还会远吗

月饼来争艳,哪款你会爱?

文/羊城晚报记者 宋昀潇 实习生 屠欣怡
图/受访者提供

跨省旅游恢复,不少人都在盼望小长假的到来。由于2020年是罕见的公历、农历双闰年,今年的中秋节恰巧与国庆节赶上了同一天,国庆黄金周将有8天假期。即便现在离中秋节还有两个半月时间,不少饼家、食肆、酒店都已纷纷推出中秋月饼礼盒,迎接这“双节同庆”的大日子。

那么,今年新鲜出炉的月饼礼盒都有什么特别的之处?羊城晚报记者特意在广州城内搜罗一番,看看今年又有什么新花样。

提早开始预售,新奇口味花样多多

今年受新冠疫情影响,不少餐饮业商家都在复业后推出各出奇招吸引食客,促销回血。虽然,今年的中秋节姗姗来迟,但商家们的月饼礼盒预售却来得格外早。部分商家在7月、甚至是6月中下旬就推出月饼礼盒,这比以往的季节性推售行动提前了不少。

除了提前开展月饼预售活动,各大商家在口味上也进行不少创新,吸引食客尝鲜。

广州东方宾馆近日也推出月饼礼盒预售优惠活动。今年,东方宾馆的2020东方臻月系列礼盒,除了有经典的双黄白莲蓉、五仁等月饼礼盒外,还有一款口味独特的彩云追月月饼礼盒。这款礼盒中有黑松露、提拉米苏、流心奶黄月、红酒蔓越莓月饼各两枚,每一种口味都独树一帜,可给食客带来不一样的惊喜。市民若在8月1日前购买,都可享受五折以下优惠。例如,抢先预购原价258元的彩云追月礼盒,全国包邮仅需109元/盒,自提更是打出99元/盒的“惊爆低价”。

外表通透明亮、入口冰爽透心的冰皮月饼是近年“月饼界的网红”。今年,东海堂饼家推出不少冰皮月饼,例如,七



东海堂饼家推出月饼预购优惠



广州保利洲际酒店“千山月”获得设计大奖的月饼礼盒



丽思卡尔顿酒店推出多种礼盒



南丰朗豪酒店的迷你锦绣月饼拼盒



东方宾馆的彩云追月月饼礼盒口味独特

视觉享受先行,豪华包装吸引眼球

中秋,是国人非常重视的传统节日,月饼作为中秋节的送礼佳品,礼盒包装也是五花八门。要想在月饼季的竞争中拔得头筹,各大酒店均在礼盒包装上下功夫,并以特殊设计“抢眼球”。

例如,南丰朗豪酒店的月饼礼盒拼盒在包装上就颇具特色,他们采用了创新的“型格设计”,加上黄紫相间的主色调颇具奢华之风,售价268元的迷你锦绣月饼拼盒内有金桔奶黄、蛋黄白莲蓉及蛋黄黑芝麻三种口味。

富力丽思卡尔顿酒店的月饼礼盒清新雅致,在其系列礼盒中,有外形仿若精装古典书籍的,也有从传统梳妝匣中获得设计灵感的,以及仿若复古旅行箱的,售价288元-588元不等。

吸引年轻一族,潮酷设计层出不穷

如今,80后的年轻一代已成为消费主力军,各大饼家也瞄准他们热爱创新潮流的特点,与各大影视IP合作,推出了不少跨界合作礼盒。

近日,广州四季酒店99楼天吧举行了月饼新品发布会。他们今年推出的三款“月来月好”系列礼盒主打国风元素,其中,“明月辉耀礼盒”的设计灵感来自于电影大话西游中的“月光宝盒”,V字形设计搭配高贵华丽的朱红和亮金配色让人眼前一亮。礼盒内有五种口味的月饼及佳酿葡萄酒一瓶。三款礼盒价格分别为268元、328元及588元。

美心饼家联手漫威超级英雄,让“网红”流心奶黄月饼与钢铁侠、美国队长、绿巨人等超级英雄上演

一场“跨界合作”。“迷你超级英雄月饼礼盒”在造型上颇具特色。铁盒盖子上有几位萌翻了的“复仇者联盟”成员卡通设计造型,盒内有四只小小的美心流心奶黄月饼,每一颗都印有复仇者联盟的A字徽章,每一处的小细节都可以“偷走”漫威粉的心。

除了这款复仇者联盟铁盒外,美心推出的特别款钢铁侠礼盒更是充满“小心机”:揭开有发光按钮的塑料封皮,戳一下按钮,盒盖上的钢铁侠图案、心口反应器和名字都会发光发亮。市民在8月7日前抢购,还可以178元的优惠价拿下原价290元礼盒。

四季酒店的中秋礼盒设计灵感来自电影《大话西游》的月光宝盒



美食解密

粤荔收尾,外省荔枝登台

这份荔枝菜食用指南请收好

文/羊城晚报记者 宋昀潇 实习生 屠欣怡
图/受访者提供(署名除外)

“日啖荔枝三百颗,不辞长作岭南人。”每到夏日,岭南一带果园里的荔枝头上便悄悄多了几分嫣红,一颗颗饱满圆润的荔枝散发着迷人的香气,摘下来便是一握惊喜,送入口中就是一丝甜蜜。

荔枝成熟的时间很短,到了七月下旬、八月左右,新鲜荔枝就快要淡出食客的视线了。其实,荔枝有千变万化的吃法,更有不同品种口味。快随记者一起细数荔枝的百变魅力,把这份夏日甜蜜留得再久些!



莆田餐厅的荔枝肉

福建荔枝才刚上市,你试过了吗?

荔枝分布于我国南部,其中以广东省栽培最盛,是中国荔枝分布最多的省。茂名、增城、从化等地的荔枝更是闻名海内外。增城挂绿成为网红的历史非常久远,2002年,在广州的一次水果拍卖会上,一颗挂绿荔枝甚至拍出了55万元的天价,创造了最贵水果的吉尼斯世界纪录。

后人通过嫁接栽培,现在食客在市面上也能购买到挂绿荔枝,价格虽高,但也能尝个鲜。挂绿果实成熟时红紫相间,果身中间有一道绿痕,“挂绿”也因此得名。挂绿荔枝外表核大略扁,肉质爽脆,清甜微香,果实较耐贮藏。

其实,在我国南部的福建、云南、海南等地也有不少荔枝品种。

荔枝入馔历史悠久,新菜陆续有来

广东人讲究“不时不食,不鲜不食”。虽然,荔枝成熟的时间只有短短两个月,粤菜师傅却把握时机在荔枝上大做文章,将小巧的荔枝融入到菜肴中,成为一道道独特的时令菜,为老广的夏天餐桌增添一抹清新。

荔枝不仅是广东的特产水果,更已成为一种文化符号。为了推广本土美食,强化荔枝文化概念,一些做地道粤菜的食肆也纷纷尝鲜,在传统荔枝菜的基础上不断创新,并以独特的外形和口味打造新派粤式荔枝菜。

在佛山南海区大沥镇,有家粤菜馆吸引不少食客慕名前来,大厨李锦强是这家“鸿福山庄”的总经理,今年,他们特意推出“荔枝宴”,里面的每一道菜几乎都能看到荔枝的踪影。

例如,脆皮黑金刚荔枝虾是用墨果汁做脆浆,大厨把荔枝去核,在果肉中加入虾仁,裹上墨果汁脆浆在热油中翻滚几下,便成就了这道外表“黑暗”、内心“纯洁”的美味菜肴。

荔枝烤乳鸽看似平平无奇,李锦强说,其实制作过程大有门道,乳鸽先用鲜榨荔枝汁腌好,风干后再烤,这样吃起来比起普通烤乳鸽口感更清甜,而且鸽肉还带有一股水果的清香。

餐后甜品荔枝冻更是锦上添花,大厨把去核的荔枝肉打入酸奶,再用以百香果汁浸泡过的西米封口。在视觉上,晶莹剔透的荔枝肉微泛乳白,顶端的西米像珍珠般点缀其上,一口下去是满满的甜蜜。

李锦强告诉羊城晚报记者,荔枝菜的历史十分悠久,解放前,全国许多地方都有以荔枝入菜的菜谱。荔枝是一种滋补的食材,具有降血糖、促进血液循环等作用,适合贫血的人食用。他介绍,在研发新菜时,厨师们会把温性的荔枝与性寒的食材相结合,以此达到调节膳食平衡的作用。

番禺南浦红棉饭店的“厨二代”郭锡文在大厨老爸的帮扶下,开创的“坭塘家宴”有很多传统精致新派粤菜。自从获封第五届“南粤厨王”之后,郭锡文对研发新菜式更有动力。

今年的荔枝季,他经过反复研究,用天然发酵的酿酒红曲粉做成脆浆,裹住用虾胶包着的鲜荔枝果肉丸,形状大小和鲜荔枝几乎一样,用热油炸,做出来

的荔枝虾球绝对可以假乱真。其口感外脆里嫩,天然红曲粉独有的味道,加上温热的鲜甜的虾胶,中间的鲜荔枝果肉煮熟后口感微酸,咬下去还有爆汁效果,果



餐后甜品荔枝冻



你们能分辨哪个才是真荔枝吗? 图/邓伟东



荔枝烤乳鸽清香扑鼻

汁及时为满口的虾胶提鲜,整个咀嚼过程妙不可言。吃完一个,拿个新鲜荔枝调节一下味蕾,然后再吃一个,咸甜搭配,十分过瘾。

在荔枝之乡增城,有名号为“丰依竹食”粤菜馆将荔枝与西式菜肴相结合,以西餐手法融合粤菜特色,其荔枝味鸭肝就深得食客喜爱。

大厨龚泽坚向告诉羊城晚报记者,他们的荔枝鸭肝有两种做法,一是将荔枝核取出,将冰镇鸭肝切丁放入其中,鹅肝浓厚的香浓味道与荔枝的清香很贴合,形成味觉冲击;二是用荔枝味酱汁浸泡鸭肝,将荔枝味延伸到鹅肝里面,创造出特殊的口感体验。

据了解,这里有几款创新菜式是由粤菜师傅工作室研发而成,总顾问美食家庄臣和几位大厨提出概念,经过严格的味觉测试才最后确定菜谱。

龚泽坚介绍,他们研发的荔枝菜,不仅是为了创新、创收,更是为了让本土荔枝愈加精彩,并把粤菜中与荔枝相关的美食推到新的高度:“我们这帮粤菜师傅是要做增城最好的荔枝宴,让市民吃上真正精彩的荔枝菜!”