

一家老店， 每一口都是忘不掉的味儿

本报记者 潘鑫

土家元素、简约质朴的装修风格；温馨的鹅黄色的灯光陪衬；卡座、包厢、宴会厅的组合，环境清新雅致。走进吴老七酒楼，能够直观感受到它的处处用心。

吴老七大酒楼，原名吴老七农家菜，创立于1994年，因城市建设，餐厅经历了三次迁徙，始终保持原来的味道。这也是吴老七农家菜的初衷：坚持品质，做代代传承的老字号。

店主吴云国，家中排行老七，大家都叫他“吴老七”。26年的坚持，源自于他内心的知足和幸福。多年的烹饪经验使得每一道菜的出品有着最为精细的把控，他给自己树立了一个目标——始终保持初心，一如既往的做好菜。吴云国始终认为，技巧只是其一，每一道美食的诞生，都是从选料开始的，好的食材成就一份美味。

在吴老七吃什么？当然是正宗的土家特色菜。三下锅、排骨火锅、土鸡火锅、肥肠火锅，都是主打的招牌菜。

三下锅的种类多样，吃法也分干锅与汤锅之分，吴老七餐厅选用新鲜的肥肠、猪肚、牛肚作为主料，经过加工，做成干锅，麻辣鲜香，口味地道，分量十足。排骨火锅精选本地生猪，挑选的排骨将其粘连的肥肉剔除，最后入锅的排骨就是纯瘦肉。备好的仔排，小火炒熟，配上葱、姜、花椒粉、胡椒粉等佐料，慢慢熬制，出锅前加上冬瓜慢熬制冬瓜软绵。咕嘟的气泡中难掩诱人的香味，让人忍不住想要大快朵颐。排骨吃得差不多了，点一份时蔬和本地红薯粉条下锅，别有一番滋味。

作为“镇店之宝”，土鸡火锅是客人必点的一道菜，也是限量供应。因为吴云国执着地坚持着



【吃货贴士】

店名：吴老七大酒楼
地址：永定区回龙路88号光明旅游大厦3楼
订餐热线：0744-8276999

店里的土鸡均要是从桑植山间精选、五谷杂粮喂养的农家鸡，现杀。如果当天没有土鸡，店里就没有这道菜，绝不以次充好。鸡的整个烹饪过程除了油、盐、一点胡椒粉，不添加其他任何调料，经过慢火细熬后，浓郁的鸡汤香味弥漫整个餐厅。饭前一碗鸡汤，身心俱暖，口感

细腻，让人忍不住直呼：再来一碗！

值得一提的是，这里的消费水平也足够亲民。在餐厅规模越来越大，档次越来越高的情况下，吴云国笃定地说：坚持做大众消费，让更多人能够品尝这种本原的农家菜的味道。

陈醋红烧，香醋凉拌

陈醋、香醋、米醋、白醋。如今市场上醋的种类很多，它们有啥区别，又适合做什么菜呢？

陈醋红烧。陈醋一般由高粱酿制而成，颜色呈深褐色，味道重、醋酸味醇厚、不易挥发，一般用于做一些口味和颜色较深的红烧菜或酸辣汤；也有一些特殊凉菜会用到陈醋，如陈醋花生。

香醋凉拌。香醋以糯米为原料酿制而成，有独特香味，颜色比陈醋淡；从口感上来说酸而不涩，可以起到去腥解腻、开胃生津的作用。但其香味容易挥发，所以经常用于拌凉菜或作为蘸料。

白醋去腥。白醋由糯米酿制而成，其颜色很淡，可以为菜品增加酸味而不影响颜色，如醋溜豆芽，拌藕片等。白醋也有去腥味的作用，比如打发蛋清时，可以滴几滴白醋；清洗猪肚或猪大肠时也可使用白醋。



米醋腌制。顾名思义，米醋主要由大米酿制而成。其制作工艺存在南北方差异，南方的米醋大多带有甜味，适用于酸甜口味的菜肴和腌泡

菜，北方米醋酸味较浓，适用于烹制酸汤鱼等酸味菜肴。

(来源：人民网)

你实现

草莓

自由了吗

?

最近，打工人在网络上迅速传播，用来调侃上班族或创业族的生活。然而，鲜为人知的是，工人对自己财务自由的标准已经开始划分为一个个实在的物体上，比如：奶茶自由、鲜花自由、车厘子自由。这些又美好的东西里寄托着人们对美好生活的向往。而今又到了吃草莓的季节，是否实现草莓自由的话题开始刷屏年轻人的朋友圈。

在很多人眼里，草莓是少女的代名词，一颗发育成熟外形姣好的草莓，就好似一颗鲜红饱满的爱心，下端丰腴匀称渐渐往上收拢，顶端小巧可爱，头上还有一片小叶子更为其增加些许俏皮敦厚。将草莓竖立切开，里面的果肉呈现自然的粉红渐变色，直接狙中万千女孩的少女心，这样高颜值的草莓理所应当的成为了女生的朋友圈里的晒图常客。除了这让人爱不释手的颜值外，鲜美浓郁、清甜多汁的饱满口感和丰富的营养元素也是它如此受欢迎的原因。草莓中含有丰富的维生素C、蛋白质、柠檬酸、苹果酸等，具有养肝明目的作用。

世界上的草莓品种多达2000多种，较为有名的有日本的红颜草莓、章姬草莓、白草莓，还有辽宁的丹东草莓。日本的白草莓可以被称为草莓界“白富美”，日文翻译过来有“初恋的香味”的意思，是送给恋人的必备之选。相比较而言，丹东草莓则更适合人们的日常食用，价格合适，味道也并不逊色。丹东草莓个头匀称饱满，香气清甜，一颗入口果肉细腻，清冽甘甜，细腻的果肉在唇齿间迸发的浓郁香气久久挥散不去。

清晨将草莓洗净切碎，扔进酸奶里，体会舌尖中一粒粒草莓果仁的清香，顿时让你的一整天沉醉在柔情浪漫中。

