

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，目前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。

