

在老梁土灶 必点的两个美味 锅锅儿

本报记者 宋美慧



老板，你们这有什么锅锅儿啊？要问张家界人下馆子的必备菜是什么，那必须是点个锅锅儿（炖火锅）。近日，记者到位于张家界火车站旁边的老梁土灶，品尝了店里最受本地人欢迎的两个锅锅儿——干锅桂鱼、养生猪肚丝瓜，一辣一鲜完美满足聚餐所需。

朋友家人聚会，一桌人边吃边聊，桌上的锅锅儿，噱噱滋滋地冒着烟，永远不用担心会因为菜凉了而失去原本的美味，它只会随着温度的升高而越来越入味鲜香。

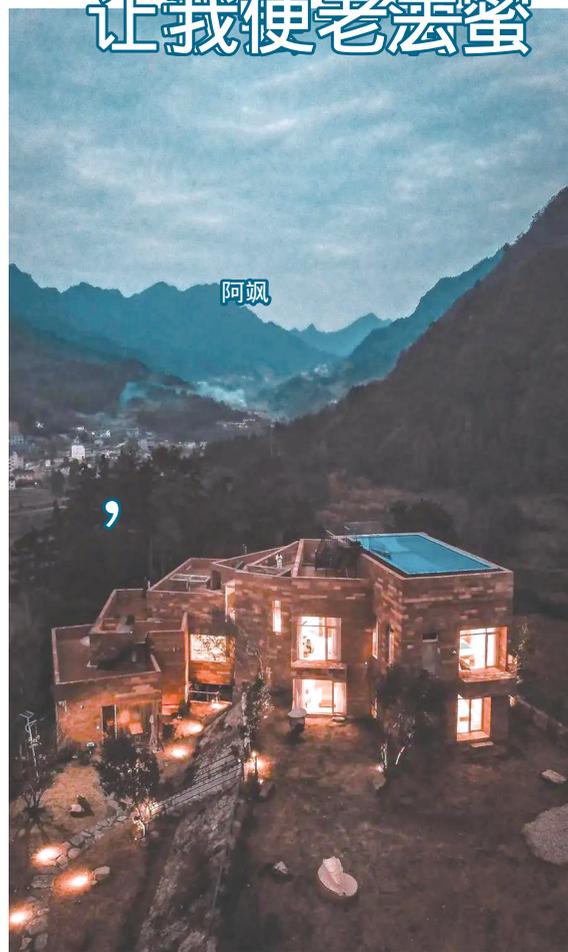
干锅桂鱼是一道硬菜，注重香辣入味，非常符合张家界人的重口味。将桂鱼现杀处理干净后，马上放入提前准备好的花椒、干辣椒、生姜、洋葱、啤酒等去腥的腌料中，腌制一至两个小时。

张家界本地菜用油一般都是有讲究的，本地菜籽油是这道干锅桂鱼的重点。张家界菜籽油的清香给这道菜可以说是注入了灵魂。有着近20年厨师经验的朱师傅是老梁土灶的主厨，他一直注重研究湘菜和本地菜式，将桂鱼煎至两面金黄，这要掌握好火候，表皮的酥软和里内的鲜嫩都要兼具。

朱师傅介绍，最后的山胡椒油和紫苏也是点睛之笔，山胡椒油是张家界人最喜爱的调味油，山胡椒独特的辛辣浓郁，再加上紫苏的香甜，让这道干锅桂鱼闻起来就销魂不已。而经过长时间的腌制和煎炒，桂鱼吃起来软滑入味，鲜辣可口，吃到后面就连骨头都要嗦一嗦，米饭被鱼肉上面的汤汁浸润，一碗又一碗简直停不下来。

只吃硬菜虽然够味，但还是难免有些腻，若再搭配一碗猪肚丝瓜汤堪称一绝。养生猪肚丝瓜是较为清淡的锅锅儿，不添加任何的味精和鸡精，讲究一个鲜字。将猪肚去油，减少油腻感，煸炒一会儿后加入本地丝瓜翻炒，最重要的步骤就是加入熬制好的大骨汤。

大骨汤味浓鲜香，可以很好的给它增香添味，增加汤底的浓郁度，让它吃起来没有那么寡淡，但也不失鲜。朱师傅说，这道养生猪肚丝瓜非常适合秋冬季，不仅口感美味，还具补虚损、健脾胃，暖身的功效。



阿飒

9

未迟 宿云涧就像是藏在湘西深山的小秘密，犹如一滴蜜糖滴在炭火上。坐拥武陵奇幻美景，建设在半山腰上，享有一整片松林的景致。七栋砖红色的立方体建筑，搭在半山的松林间，线条简洁，色彩鲜亮，极其抢眼。

未迟 宿云涧的客房分别以十二种艺术流派命名，从印象派到野兽派，从达达主义到未来主义，于群山之中感受大自然的艺术。

这里有水平或变动很轻微的厚层红色砂岩、砾岩所构成的奇特的石英砂岩峰林地貌景观，色如渥丹，灿若明霞。为了让建筑不突兀于周边环境，不破坏现场的地形，整个建筑拆解成七个小盒子，红色砂岩的房子层叠体量盘绕于山脊之上。

张家界雨水丰沛，七个盒子成了呼应天时的艺术装置，形成一种独特的汇水景观，雨水被收集起来一直汇集到最下面的盒子，通过一种方式最终汇集到庭院里灌溉树木，四水归田。整个建筑就是一座山，雨水层层叠叠流下来，一如作品的名字——高山流水。

房子的窗户朝向了不同的方向，将每个角度的景色都照顾到。山上滚落的石头也被重新利用起来，而房子之所以使用红色砂砾，则因为这里本就是石英砂岩峰林的红色地貌，同时红色石材和周边碧绿色的松树林形成一种冲突的美感。

当好朋友来做客时，宿云涧的主人、土家族的这一对80后夫妻会奉上特色糯米甜酒，招待远方的客人。宿云涧不光有极致的设计风格，也提供地道的湘西料理：蒿子粑粑、土家腊肠、土家腊肉、安东鸡

夕阳过后，深夜未至，酒店的烧烤派对才刚开始。约上三五好友，避开城市喧嚣，诉说城市里不能说的秘密。



自制凉皮，亲手做出爱的味道

在街边小吃里我最爱的拌凉皮，如今已成为我的招牌手艺，这还要感谢那些因疫情肆虐宅家的日子。当时为了提供营养美味的饭菜，让家庭餐桌成为缓解焦虑的治愈系，还可讨好在家的网课的儿子的胃，每天我都会上网学习做一样美食，家常餐桌日日都有惊喜。最好的学习动力，原来就是爱。

那天趁着儿子还没开学，午饭的杯盘狼藉刚收拾完毕，我就开始张罗晚饭的蒸凉皮了。

和面、醒面、洗面、沉浆，这个过程说起来简单，但醒面要半小时，洗面过后，一切都交给了时间，到傍晚才能沉淀出浑厚纯白的面浆。在时间的加持下才能完成的事，最终还要通过时间来检验。站在炊烟缭绕的黄昏，手脚不停地朝着一个目标前进：亲手调制出美味的拌凉皮。舀浆、蒸皮子、揭皮子、切面皮，这套动作

反复循环。动作娴熟之外，不得不自夸一句，凉皮出落得越发莹润匀净了，透明且有弹性，像二八芳龄的肌肤。

蒸面皮的同时，再手撕一些煮熟的鸡胸肉，麻辣鸡丝与拌凉皮很配哦。园子里刚摘回的自己种的黄瓜，擦丝作为凉皮的配菜。炸辣椒油、花椒油，然后调花生酱。此外，还要准备适量混合了鲜酱油、米醋、绵白糖和香油的调料汁。

纯手工制作的食物之所以美味，是因为倾注其上的时间；有时候，就只是想念的味道，隔着时空山水，一旦相逢，作为过程的时间也会对食物产生美化的效果。而有了食欲的期待，以及为此花费的时间和心思，当我们聚在晚饭的餐桌旁，盘碟碗盏的光辉，映照着细腻晶莹的手工凉皮，大快朵颐的一餐，就是他们对我爱的回报。

(据新华网)

