



## 来一碗油泼辣子面 感受西安味道

本报见习记者 罗俊杰

西安，作为十三朝古都，是联合国教科文组织认定的一座世界历史名城。除去人文风情，历史传承之外，西安还是美食爱好者的天堂。各种花样百出，层出不穷的面食，让西安一直都是碳水狂热粉的向往之地。而那碗油泼辣子面，一直就是西安的另一张明信片。在张家界想要就近尝试这一美味的朋友，记者就给你推荐一个好去处——西安味道。

西安味道是一家开在步步高后面200米左右的一家小店，略显偏僻的地理位置，和不是特别明显的广告招牌，导致这家小店一直没有大火起来。但俗话说得好，酒香不怕巷子深，这家小店一直存在于朋友们的推荐美食榜单上，促使记者进行了尝试，从此便爱上了它的味道。

每次去店里，总是少不了来上一碗油泼辣子面，与张家界本地面不同，辣子面都是用的手擀面，每一根面条都很宽，就像陕西男儿外表一样粗犷。但同时，每一根面条

又很薄，宛如陕西男儿内心一般细腻。而油泼辣子面的精髓，就在于它的酱料。将煮好的面条沥干盛于碗中，面上撒上小葱、蒜、醋、酱油、黄瓜条、辣椒面等作料，再用热油这么一泼，只听见滋啦的一声，宛若被赋予灵魂一般，整碗面都散发出诱人的香气，让人不禁垂涎欲滴，只想赶紧大快朵颐。吃油泼辣子面也很有讲究，吃之前就要先拌一次面，这时候，手擀面又宽又薄的优势就体现出来了，每一根面条都很容易蘸上酱料。吃的时候，要大口大口地吸入，让面条带着酱料一同入口，并且要边吃边拌，才更能品尝到辣子的香、酱料的咸，黄瓜的脆、面条的滑，感受



多种口味同时在嘴里争奇斗艳，这就是属于油泼辣子面的美味。吃完之后，再喝上一口搭配的暖汤，心里只有一个感受：美得很！



## 香肠， 一道永远留在 舌尖上的传统美食

通讯员 黄岳云 胡晓

春节来临的第一个信号是什么？喜欢吃的人都知道，那就是灌香肠、做腊肉啊！

在湘西土家族农村，柴火烟熏的腊肉香肠，尽管传承了一千多年的古老工艺，血肉和草木之间的对决，依然焕发着原始的生命力。

土家族人的原味香肠用的乡村农家土猪肉，所有猪肉都是精心挑选的新鲜猪腿肉，全都是手工切手工灌的，除了食盐、花椒粉、干辣椒末外再也没有添加任何辅助作料。

将灌制好的香肠挂在自家火塘上方，用木柴火和橘子皮混合燃烧的烟子慢慢熏制而成，一般要熏上一个月左右，保证食材原汁原味的同时更增添一种柴火的熏香。冬季柴火烟熏的腊肉香肠不光是每个湖南人最爱，也是外出务工和送亲友的佳品。

香肠的吃法很多，除了放在白米饭上蒸熟，一道蒜苗炒香肠也是让人难以忘怀的味道。把姜、蒜、干辣椒洗净切末，蒜苗洗净切成段，香肠切成斜薄片，大火把姜、蒜、干辣椒放入油锅中爆炒，油不要放太多。放入蒜苗爆炒两分钟，炒好的蒜苗等出锅，火调至中火，放香肠微炸，再把盛出的蒜苗放入锅中和香肠一块炒两分钟左右，放调料出锅。如果想吃辣点，可在炒蒜苗的同时放些辣椒，使其入味。



## 坚果虽好 还得警惕滋生霉菌

坚果是指具有坚硬外壳的木本类植物的籽粒，包括核桃、板栗、杏核、扁桃核、山核桃、开心果、香榧、夏威夷果、松子等。坚果富含蛋白质、不饱和脂肪酸等，是深受消费者喜爱的一类食品。但坚果在潮湿环境下，易吸收空气中的水分，受霉菌污染。这可能会带来什么危害？食用和购买时应注意什么？

什么是霉菌？

霉菌是菌丝体比较发达且没有较大子实体的部分真菌的俗称，也叫发霉的真菌。霉菌种类繁多，现已发现的有超过45000种。食品表面长出的一些绒毛状、絮状或蛛网状的菌落，就是霉菌。

霉菌污染可能会使食品品质降低，但并不是所有霉菌都是有害的。许多霉菌在发酵工业、生物医药等领域具有重要作用，如豆腐乳发酵（毛霉）、抗生素（青霉素、灰黄霉素）生产、植物生长激素（赤霉素）合成等。

霉菌污染的坚果是否会对人体健康造成

危害，取决于霉菌是否代谢产生已知的、毒性明确的真菌毒素。如黄曲霉代谢产生黄曲霉毒素等，而黄曲霉毒素是强致癌物质之一，大量摄入时会引发急性中毒。

消费者如何防范霉菌污染危害？

首先，细心选购坚果。建议消费者选择正规场所，购买正规企业生产的产品，避免购买过期食品。尽量购买密封包装的坚果，并选择合适大小的包装，按需购买。

购买散装坚果时，要注意坚果外形和果肉形态，挑选果实饱满、颗粒均匀、无霉斑、无虫蛀痕迹的坚果。

第二，合理储存坚果。最好现吃现买，坚果开袋后应尽快食用。如果吃不完，应密封保存并置于阴凉干燥处，避免受潮。

第三，不食用霉变坚果。食用之前，如发现坚果表面有丝状、绒毛状物质，或较为明显的霉斑，请不要食用。

咀嚼时，发现有苦味、霉味或辛辣味，尽快吐出来并及时漱口。

(来源：新华网)

