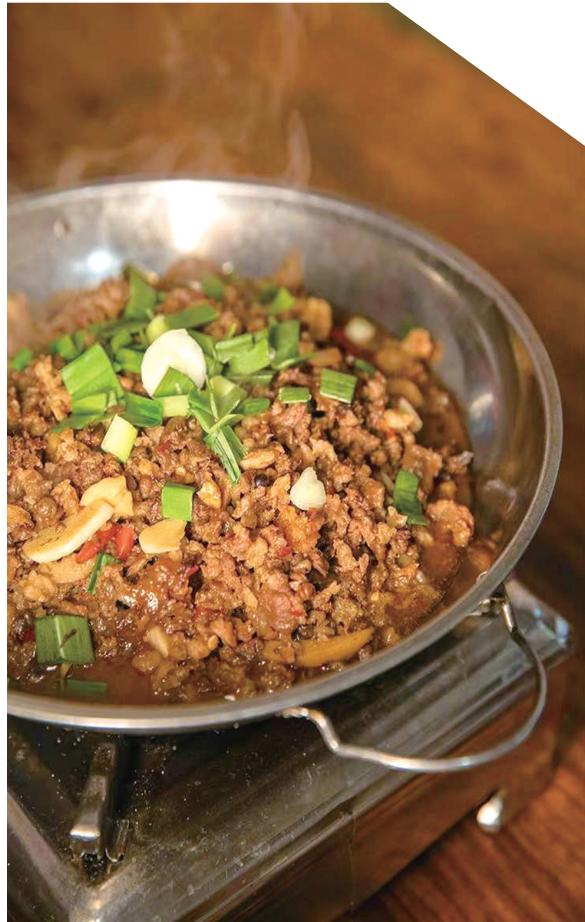


# 土家打鼓皮， 牛肉边角料的完美逆袭

文/本报记者 宋美慧



说到张家界的特色菜，不少外地人一定知道三下锅，但其实还有一道类似的土家火锅菜也是张家界大大小小的餐馆里都必不可少的打鼓皮。

张家界的秋冬湿冷难熬，尽管用餐都在温暖的室内，但也会出现菜上桌还没多久就凉了的尴尬。聪明的土家人因此发明了许多独具特色的火锅菜，将炒好的菜盛进小铁锅里，架在小炉上用明火慢炖，越炖越香，越炖越入味，而打鼓皮最大的特色就是耐炖。

打鼓皮食用历史悠久，以湘西土生的牲牛为原料，通俗讲就是指附在牛肋骨上的那些肉，含有丰富的胶原蛋白，脂肪含量也比肥肉低，并且不含胆固醇，有强筋壮骨之功效。这些肉原本都是牛肉身上的一些边角料，一头成年牛一般只能剔到几十斤，但经过土家人的精巧烹饪后，却成为了一道筵席上品。

打鼓皮本身筋脉遍布，在处理食材和烹饪上都十分考验师傅的功力，必须是拥有多年土家菜经验的老师傅才能胜任。北站胖嫂打鼓皮是一家开了五六年的老店，

店里的师傅对于制作打鼓皮有一套自己的独门秘诀，让其在保持鲜嫩的同时还劲道十足。

要想将打鼓皮肥瘦相间，筋骨相连的特色发挥出来，切肉的刀法上要精，切成细条状，几十斤的打鼓皮切下来，几乎要耗费一个上午的时间。打鼓皮本身炒出来会有些出水，吃起来口感绵绵的，焯水是保证其嚼劲的关键。焯过水后的打鼓皮还需要放进篮子里晾晒一段时间，沥干水分的同时让打鼓皮更加韧脆。

土家菜重辣，打鼓皮也是各种辣椒，小红椒、小青椒齐上阵，加上大蒜籽、大红袍鲜花椒、山椒叶等配料，用土家纯正菜籽油爆炒几分钟激发香味，最后加水收汁即可。

出锅后的打鼓皮放在炉上慢炖，香味随着温度的升高散发开来，夹起满满一筷子的牛肉会发现它们还保持着筋骨相连的状态。迫不及待塞进嘴里，咯嘣咯嘣是筋骨在牙齿碰撞下产生的美妙音符，滴落的汤汁搭配白米饭更是让人欲罢不能，当然你还能选一些喜爱的素菜下锅，荤素搭配，一锅就能解决。



寒冬已

你需要

见习记者

罗俊杰

麻辣烫，可以算是最深入人心的一道川菜了。它起源于长江之滨，最初是由船工和纤夫创造的一种简便易行而又独特的吃法。随着时代的变迁，经过各种做法改良后，麻辣烫至今已经包揽士农工商，成为流行于各地的特色小吃。

麻辣烫的做法简单至极，人们围桌而坐，桌子中间会放上一口大锅，锅中熬制着店家秘制的红汤。老板会将一份份肉、菜串于竹签上，放入煮沸的红汤之中，红汤翻滚辣味浓，食物煮熟后浓香四溢的味道扑鼻而来。更贴心的老板，还会为你调上一碗由葱姜蒜搭配的调料，让麻辣烫更添几分风味。

麻辣烫的吃法也是方便自由，没有中国传统饭桌文化的繁文缛节，也没有和朋友之间的谦让。我们需要做的，就是将自己心仪的食物从锅中取出，放入自己调好调料的碗里大快朵颐。这时候的我们，才是最简单的食客，也更能够品尝到食物的美味。麻辣烫在经过不断地改良后，出现了一些经典的菜式如：牛肉丸、鹌鹑蛋、猪心肺、火腿肠、香菇、海带等等。

随着一道道肉、菜的入肚，麻辣鲜香的滋味尽在口中，让人直呼一声美哉！唯一需要注意的一点就是，大家需要用公筷拿取食物，这也是麻辣烫不成文的规矩。

麻辣烫，也被称作一个人的火锅，在快节奏的现代城市生活里，人们之间的冷漠感越来越重。麻辣烫让我们有机会能和陌生人共坐一桌，在满足我们口腹之欲的同时，也有机会和麻辣烫爱好者们分享自己的见解，享受着美食带给我们的幸福感。在这寒冷的冬夜里。你还不赶紧来上一碗麻辣烫吗？

## 冬吃萝卜



谚语曰：冬吃萝卜夏吃姜，不用医生开药方。身处南北交会之地的淮安人，对萝卜可谓情有独钟。随着西北风一阵紧似一阵，各种萝卜争相上市。与萝卜相关的菜肴，也走上了每个家庭的餐桌。

最先登场的要数红辣萝卜。它们还在地里的时候就急于往上蹿，到最后只有一个尾巴扎在土里，其余的身子全顶出了地面。胖胖的身段，红红的皮肤，头顶绿油油的缨子，远远就能让人看到，实在招人喜爱。这种萝卜不用拔，只要用脚轻轻一踢，就会蹦出地面。

红辣萝卜的吃法有多种，可做汤，做萝卜丝包子，做肉汁萝卜，亦可生炝，还可腌制萝卜干。萝卜被人们视为馋菜，要与荤菜搭配才好吃。烧汤最好是萝卜骨头汤，这样汤鲜萝卜香。如果是与肉一起红烧做肉汁萝卜，则要将萝卜切成歪桃块状，肉需用五花肉，佐料要用红烧酱油，这样烧出来的萝卜比肉还香。做生炝萝卜，要将萝卜切成丝，用盐稍加腌制后，再用开水焯一下，然后根据口味加少许糖、醋即可。

如果说红辣萝卜热情奔放，那么青辣萝卜则内敛含蓄。它长在地里时不像红辣萝卜那样急着往外钻，而是将身段埋在地里，只露出一点在地上。它的身体和缨子都是青绿色的，在地里不会轻易让人发现。

入冬后，淮安街头的水果摊上常有青辣萝卜。之所以当水果卖，是因为青辣萝卜水分足，可像水果一样生

吃。一般饭店餐后会上水果，而在淮安的冬天，餐后，老板会上一盘新切的青辣萝卜。酒足饭饱后，取一片青辣萝卜咀嚼一下，顿时满嘴生津。冬天时淮安人喜欢泡澡，浴后在池边小歇，这时候来一份清爽多汁的青辣萝卜，既解渴，又顺气，十分惬意。

冬天也是黄胡萝卜上市的时候。这种萝卜密密麻麻地长在田里，收获时需要用叉子挖。一叉子下去，再提萝卜缨子，就可以提起一大把萝卜。都说冬天的萝卜赛人参，仔细瞧，黄胡萝卜还真长得有点像人参。

黄胡萝卜可以当主食，小时候家里冬天常吃萝卜饭和萝卜粥。也有人拿这种萝卜腌小菜，印象最深的是与小蒜一起腌，堪称一绝，不过现在已不多见。记得小时候还有人将这种萝卜连同缨子一起挂在屋檐下，任凭一冬的风吹霜冻，等到开春的时候才取下来生吃，那个甜真叫人难忘。

万物萧瑟的冬天，竟有如此琳琅满目的萝卜可吃，实在是淮安人的口福。萝卜美味，不亦乐乎！

(来源：新华网)