

香甜大米糕 满是儿时味道



蒸好的大米糕香甜松软。

□文/图 本报记者 姚晓晓

随着生活条件的提高,超市里各种零食也让人们挑花了眼,可仍有一些经典的味道总能勾起人们儿时的回忆,那就是大米糕。白白的大米糕,松软可口、又香又甜,是小时候舌尖上的美食,尤其是大米糕上点缀的葡萄干,香甜的美味让人意犹未尽。

家住市区祁山路的郑女士最近为孩子做的大米糕,就深受孩子的喜爱。1月7日上午,记者采访了她。

郑女士告诉记者:“我做

的大米糕改良了配方,加入了少许牛奶,这样可以使大米糕口感更香甜且不腻,顶部再点缀上葡萄干等干果,营养均衡,制作也相当简单,在家里就能轻松做出来。”首先将牛奶、酵母和绵砂糖混合搅拌均匀,稍微静置一会。

“可以提前将牛奶稍稍加热到30度左右,温度不要太高,否则会把酵母烫‘死’。”郑女士提醒道。

接着,将混合液倒入大米粉中搅拌均匀,呈黏稠状后直接分装到模具中,“大概五分清即可,否则发酵后模具会装

不下。”郑女士说,“模具周边可以提前抹点植物油,这样做好后的大米糕会比较好脱模。”

倒入模具后还要进行两次发酵,将模具放在笼屉上,然后在蒸锅中加入半锅40度左右的热水,盖上锅盖发酵差不多40分钟。发酵好后的大米糕已经膨胀超过了模具的高度,表面呈蜂窝状,“这个时候的大米糕就可以上锅蒸了。”郑女士说。锅里水开后,大火蒸20分钟左右关火,再焖5分钟取出即可。

“用筷子试探不黏腻就说明已经蒸好了,蒸之前还可以放上一些葡萄干或者芝麻等,既好看,味道又好。”郑女士说。



我家私房菜

侃出你的菜:1513955001



冬阴功海鲜火锅 光喝汤就停不下

寒冷天人就爱吃辣,吃了身子特别暖和。冬阴功汤底做成的火锅就是其中一种辣。在泰语中,“冬阴”是酸辣,“功”为虾,也可理解为酸辣虾汤。相传在泰国吞武里王朝时期,公主卧病,口味不济,厨师们想尽办法创造了冬阴功汤,让公主食用后大叹舒畅。虽是传说,但可见冬阴功汤底有调动味蕾的能力。酸酸辣辣,有柠檬清香,又有香茅芬芳,此

为冬阴功汤的特点。一口饮尽,舌头先是热辣,后有回甘,等反应过来,第二口又下去了。

在家制冬阴功汤底也不难,所需的香料在超市都有卖。用冬阴功汤来配海鲜吃,又是另有一番风味。吃海鲜火锅其实有讲究,首先应放贝类海鲜煮出鲜味,所以先派虾蟹鲍鱼“打头阵”准没错。接着便可以下鱼滑、巴沙鱼、鱿鱼圈、鲤鱼、虾滑,这些不用煮太久,涮一下就能熟。吃完海鲜就可以吃肉了,这时吃肉便不容易抢掉海鲜的鲜味。蔬菜最后放,玉米、莲藕、娃娃菜都是不错的选择。

吃火锅少不了蘸碟,吃冬阴功火锅搭配的柠檬薄荷酱有青柠、薄荷叶、适量盐、少许蒜、鱼露、红辣椒和青辣椒,酸辣开胃不失小清新,在家也可以轻松调制。

据《东莞时报》



资料图片

■食谱推荐

冬阴功海鲜火锅

锅底配料:香茅、柠檬叶、姜、青柠、小米辣椒、冬阴功酱、椰浆、小番茄、草菇、鲜虾。

海鲜食材:虾、蟹、生蚝、鲍鱼、贻贝、鱿鱼、鲤鱼。

蔬菜食材:秋葵、鲜藕、土豆片、西红柿、生菜、香菇、金针菇、豆腐、玉米、娃娃菜。

做法:

1.把虾洗净挑出虾线,在锅上用火烧热,加油,放入虾晃锅煎至表面变红,捞出备用。

2.锅中加入少许油,放入小米椒煸香,再放入切开的草菇,翻炒均匀。

3.等辣味挥发出来以后,放入切开的小番茄,调入冬阴功酱,冲入大量开水。

4.放入香草料包,加入部分虾,放少许的盐,稍多的糖,加入鱼露烧开,加盖,大火煮约10~15分钟,再放入一些鱼露,挤入青柠汁,倒入椰浆,放点香菜,汤底即成。

5.火锅的食材按个人口味加入即可。

厨房小技巧

剩油巧变五香葱油

家里的剩油经常都是不知道如何利用,今天就来试试这个办法,让你把剩油变成五香葱油。

用料:剩油1碗,花椒粒适量、桂皮1块、葱3颗、大蒜5粒、香叶1片、八角1个。

做法:

- 1.大葱洗净切段。
- 2.大蒜去皮,切成片。
- 3.锅中放入剩油和葱,小火开始炸。
- 4.放入花椒粒、桂皮、香叶



- 5.再放入切好的大蒜。
- 6.炸至焦色后捞出所有的香料控油。
- 7.筛出油中的杂质后就可以再次利用了。

晚综

不用火“熬”出小米粥

现在好多人没时间吃早点就去上班了,但长期这样下去会拖垮身体。今天给大家推荐一款健康的早餐粥,不需要你提前放锅里熬一晚上,也不用早起熬,只需要一个保温杯就能轻松搞定。

做法:

- 1.小米洗净泡好,枸杞洗净。
- 2.先用沸水装入保温瓶中摇晃几下,重复2~3次。
- 3.将洗好的小米、枸杞放入预热好的保温瓶中,再倒入沸水。
- 4.拧紧瓶盖,盖好外盖,放



- 5.第二天早起打开瓶盖,倒出小米枸杞粥,还是温热的,吃完刚好去上班。也可以带到公司去吃,全都不耽误。

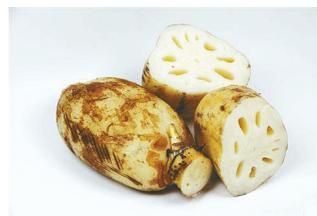
晚综

藕的挑选和处理

藕几乎一年四季都能买到,只是会因季节和产地的不同,我们买到的藕的口感会略有不同,不过挑藕的技巧都是一样的。

挑藕的时候要注意:

- 1.颜色微黄没有异味的。藕的外皮颜色为微黄色,散发出淡淡的泥土味,如果有微酸的味道,则代表经过了工业处理,这样的藕不要选。
- 2.两边被藕节封住的。这样的藕的藕眼中不会有淤泥等杂质,比较好清洗。
- 3.选择藕节粗且短的。藕节的数目不会影响藕的口感,挑选时尽量选择较粗较短的藕节,这样的藕成熟较高。
- 4.不要选择外观凹凸不平



的。

- 5.外皮颜色不能发白的。这种藕很可能是经过化学处理的。

如何处理藕:

- 1.削好外皮的藕在使用之前,要完全浸泡在清水中,否则会氧化变黑。
- 2.切成薄片的藕也同样如此,建议在切藕之前事先准备好容器和清水。

晚综



品品香 | 晒白金

PINPIN TEA | AGED WHITE TEA GOLD

老白茶 煮着喝

广告

地址:黄河路与崂山路交叉口往北100米路西
福鼎白茶·漯河体验馆 电话:0395-3386888