

热菜篇



美食背后蕴藏的或是历史典故,或是动人传说,或是美好乡愁。小编带你走进百县千碗·鲜辣常山,今天我们寻访的是热菜篇,一起来看看。

常山将军鱼

“将军鱼”也叫军鱼,体稍呈圆筒形,有两对须,鱼鳞比较大,是一种淡水鱼,生存于水流较急、水色清澈的江河中,对水质要求比较高。

相传这种烹饪方法由常山先贤、明代尚书清官樊莹所创,做法纯朴简单,却能够完全将鱼的那一份鲜嫩保留下来,夹杂辣的鲜香,直冲味蕾。

因为有这样的典故,如今当地农家在逢年过节时,也常常做一道鲜辣“将军鱼”,并鼓励孩子们多吃“将军鱼”,长大当将军呢。



制作方式

1. 选取合适的将军鱼,2斤左右的为佳。
2. 处理时要保留鱼鳞,烹制时配以农家土辣椒、黄酒、精盐、老抽、白糖等佐料调味。
3. 鱼煮熟后,再撒上一把紫苏、蒜苗和青红辣椒,起到增香增色的作用。

腊肉炖春笋又被称为“腌笃鲜”,是常山很多人家春天都会吃的菜。冬天年关将至,人们会买较多的肉回家,为了使肉不变质,就会采用腌制的方式。通过食盐提高肉品的渗透压,脱去部分水分,并使肉品中的含氧量减少,造成不利于细菌生长繁殖的环境条件。

到了春天,万物重焕生机,春笋的长势也格外喜人,经过数月腌制的腊肉也变得透明发亮,颜色鲜艳。将这两样食材炖煮在一起,腊肉的油脂和鲜味得以发挥,加之春笋块本身就鲜嫩无比,品尝起来风味有十分,让人吃得欲罢不能。



腊肉炖春笋



制作方式

1. 春笋剥壳,去掉老根,切滚刀块,焯水备用。
2. 腊肉切小块,冷水下锅焯水去血沫。
3. 将腊肉捞出放入汤锅,放入料酒、姜片和水。
4. 先用大火烧开,再转小火炖约半小时。
5. 放入春笋块,继续炖煮15分钟左右。
7. 起锅前尝味道,较淡可加适量盐调味。

常山是中国胡柚之乡。冬季,是胡柚产销的黄金季节,在胡柚主产地招贤、青石、东案等地,热情好客的柚农,不仅会奉上金黄色的柚果,还会烹饪一道特色菜品,叫柚皮炒羊肉。

中医认为,柚皮是可以食用的,营养丰富,还具有暖胃、化痰、润喉等食疗作用;山羊肉性温热,去湿气,暖胃生津。冬吃羊肉赛人参,春夏秋食亦强身。



柚皮炒羊肉



制作方式

1. 取材山羊肉的羊腿部分,切成厚度均匀的薄片状。
2. 锅热,倒入猪油和山茶油的混合。
3. 油热到一定程度,下柚皮和羊肉进行翻炒,注意下料和翻炒时要追求速度,在锅内时间停留稍长会使羊肉质地变老。
4. 最后起锅,撒上小葱润色。

来源:常山文广旅体局