

# 家宴飘香 情满厅堂

记者 范家熔/文 图片由受访者提供

春节的脚步渐近,一桌丰盛温馨的家宴,是团圆夜最温暖的仪式。今天,本报特别邀请了两位“生活家·美好侦探”合作店铺的优秀厨师,由他们为大家介绍几道适合家庭复刻的年夜饭菜品。这些菜肴不仅卖相上佳、味道上乘,更重要的是步骤简单、易于操作,让市民在家就能轻松复刻。

## 腊味合蒸 时光酝酿的丰腴之味

腊味,是岁月赠予春节的礼物。一盘腊味合蒸,酱香浓郁、咸鲜交融,既是开胃凉菜,也可作佐餐主角。寻乡记(儿时妈妈菜)主厨汪洋告诉记者,这道菜的灵魂在于“合”——多种腊味汇聚一堂,滋味相互渗透,蒸出醇厚的年味。

### 1. 食材挑选有讲究

腊味合蒸的原料其实很灵活,家庭制作可根据喜好搭配。汪洋建议选用酱油肉和肉肠为主角,若能添几片熏鱼干则口味更丰富。酱油肉要选肥瘦相间、色泽鲜亮的;肉肠则以肉质紧实的为佳。每样大约各需150克,刚好铺满一盘。

### 2. 简单蒸出好滋味

首先是处理食材:将酱油肉、肉肠切成均匀薄片,熏鱼干若是较大也可改刀。取一张干荷叶,用温水略泡软后垫在盘底,再把切好的腊味一片叠一片地铺在荷叶上,围成圆形,中间可以夹入熏鱼干,造型随意自然即可。

随后便是调味的巧妙之处:在铺好的腊味上放置三四片生姜,再淋上少许黄酒,让酒香在肉片缝隙间缓缓渗透。最后,均匀撒上一小撮白糖。别小看这抹甜意,它能柔和咸味,提亮整体鲜味。

蒸制的过程最为省心。汪洋强调,家里普通蒸锅即可,待水烧开上汽后,放入腊味盘,保持中火蒸约15分钟。时间一到,关火取出,拣去姜片,点缀上几缕红椒丝,一盘油润亮泽、香气扑鼻的腊味合蒸便完成了。无论是佐酒还是配饭,它都是十足的年味担当。

## 暖心土鸡煲 一碗滋补的团圆暖汤

鸡汤,是年夜饭桌上永不过时的温暖存在。汪洋介绍的这道土鸡煲,融合了药膳的智慧与家常的温情,汤色清亮、滋味甘鲜,尤其适合冬日阖家分享。

### 1. 选鸡是成功的第一步

汪洋反复强调,这道菜的关键在于鸡的选择。最好选用生长周期在一年半至两年之间的土鸡,重量约1.5公斤。这样的鸡既不会肉质太嫩,

也不会过于老韧,炖煮后鸡肉酥烂、汤味浓郁。辅料则需要准备生姜、红枣、党参、当归一两片,白芷一小片,以及五年陈黄酒。

### 2. 耐心慢炖,汤鲜肉美

处理鸡肉时,先将整鸡洗净斩块,冷水下锅焯水。锅中可加入少许黄酒和几片姜,水沸后撇去浮沫,继续煮约两分钟。捞出鸡块后,用冷水冲洗干净。

接下来的炖煮器皿有讲究:若有时间,推荐使用砂锅,小火慢炖出来的鸡汤更为香醇;若想节省时间,高压锅也能胜任。将洗净的鸡块放入锅中,重新加入足量清水,放入四五片生姜,再倒入约200毫升陈年黄酒。黄酒的加入是风味的点睛之笔,能去腥增香,赋予汤底醇厚底蕴。

若用砂锅,大火烧开后转小火慢炖约一个半小时;若用高压锅,上汽后压20到25分钟即可。待鸡肉基本软烂后,打开锅盖,放入党参(约10克)、当归一片、红枣几颗以及一片白芷,继续煮约15分钟。这时,厨房里早已弥漫着鸡肉与药材交融的馥郁香气。

最后调味只需简单一勺盐。汪洋建议,用家用小盐勺取一勺半左右的盐,在出锅前加入即可。因为食材本身足够优质,无需额外添加鸡精或味精,汤头自然回甘,鸡肉鲜香软嫩。一碗下肚,暖意从舌尖直达心底,正是团圆夜最妥帖的慰藉。

## 苔菜干烤基围虾 海风拂面的原味鲜美

如果吃腻了白灼或油焖的虾,衢州东方桥庵里精品酒店厨师长徐升带来的这道“苔菜干烤基围虾”定能让你耳目一新。这道源自海边渔家的做法,追求食材最本真的鲜甜,操作简单到不可思议,却能让平凡的虾瞬间拥有高级感。

### 1. 食材越简单,越见真功夫

这道菜只需要两样东西:鲜活基围虾和即食海苔。选虾时要挑活力足、个头均匀的,海苔则用孩子们常吃的零食海苔即可,捏碎成末备用。虾的量根据家庭人数决定,半斤到一斤皆可。

### 2. 无水无油,干烤出精华

这道菜的做法堪称“极简主义”:取一口家里常见的高压锅(注意:不盖锅盖),置于灶上开中火预热片刻。直接将洗净的基围虾倒入锅中,用筷子或锅铲轻轻拨散,让虾均匀受热。

接下来的七八分钟里,只需偶尔轻轻抖动锅子,让虾微微移动,防止局部焦糊。中火的热力会慢慢逼出虾自身的水分,并锁住鲜味。虾壳会逐渐变红,身体蜷曲,散发出浓郁的香味。待虾身体体红亮、水分基本收干时,说明已经熟了。

此时,将准备好的海苔碎末均匀撒入锅中,快速翻炒几下,让每一只虾都裹上墨绿的海苔碎。海苔的咸鲜与虾的甘甜完美融合,出锅装盘,红绿相间,煞是好看。徐升相告,这种做法最原汁原味,虾肉紧实弹牙,带着淡淡的焦香与海苔的海洋

气息。按照个人口味,也可以搭配一小碟酱油芥末,但空口吃已然足够鲜美。

## 糖醋排骨 永恒的酸甜诱惑

糖醋排骨是年夜饭桌上永恒的经典,尤其受孩子们喜爱。徐升分享的这道家庭版糖醋排骨,在传统做法上略有改良,加入苹果元素,让酸甜口感更加柔和自然,且能促进肉质酥烂。

### 1. 选对排骨,成功一半

徐升建议选用精品子排,即猪肋排中段肉质较厚的部分。将其砍成约4厘米长的小段,这样的大小容易入味且便于食用。主料之外,调料则需要备齐:蚝油、老抽、酱油、白糖、陈醋(或苹果醋)、番茄沙司、料酒、盐、味精,以及生姜、葱结和半个苹果。

### 2. 步步详解,酸甜恰到好处

第一步是焯水去腥:排骨冷水下锅,加姜片和少许料酒,煮沸后撇净浮沫,再煮两三分钟捞出,用温水洗净并沥干水分。为了煎制时更安全且易上色,最好用厨房纸将表面水分进一步吸干。

第二步是煎排骨:锅中放少许油,烧热后放入排骨,用中火煎至两面金黄,煎出焦香。这一步能锁住肉汁,并为后续的红烧奠定风味基础。

第三步是调味环节:将煎好的排骨放回锅中,加入姜片、葱结和切块的苹果。接着按照以下比例加入调料(以500克至600克排骨为准):料酒50克、蚝油5克、老抽14克、酱油10克、白糖20克、陈醋20克、番茄沙司5克、盐1克、味精2克。最后加入约400克清水,水量基本没过排骨即可。

大火烧开后,立刻转小火,盖上锅盖慢炖50到60分钟,直至排骨酥烂入味。其间可翻动一两次防止粘锅。待汤汁渐浓、排骨软烂时,开大火收汁,并不断翻炒,使汤汁均匀包裹每一块排骨。出锅前可再淋入少许陈醋,增加酸香的层次感。

“加入苹果块或使用苹果醋,能让糖醋味更富果香,酸甜柔和而不呛口,肉质也更容易酥烂。出锅后撒上少许白芝麻或葱花,一盘色泽红亮、酸甜适口的糖醋排骨便大功告成了。”徐升介绍道。

一桌丰盛的年夜饭,不在食材多么珍稀,而在于烹制时的用心与分享时的温情。这四道来自专业厨师的家常菜谱,既有传统的厚重,也有创新的巧思,更难得的是每一步都贴近家庭厨房的实际操作。愿这些简单却地道的做法,能助您在今年除夕的厨房里,少一些手忙脚乱,多一份从容自信。最后提前祝大家春节快乐,阖家安康,团圆美满!

我们的节日·春节

