

冷冬，我在奉化“芋”见你



芋 藕 虾 骨



舌尖上的奉化 第三季



脆皮芋



咸齑汁烤毛芋



烤菜芋芋头



排骨芋



蛋黄芋芋头



板蓝根白菜芋芋子



新鲜芋芋头

□记者 李露
在奉化，寒露一过，吃芋的好季节就到了。奉化的芋是出了名的，头个大、皮薄、光滑、味鲜美，是闻名中外的名优特产。奉化也有小芋，比如我一直很爱吃的我妈烧的排骨芋，小而圆的芋微微过了油，又吸了肉汁的味道，外酥里嫩，十分合我的胃口，没一会儿碗里准又全剩下排骨了。今天，要给大家讲讲芋的故事，介绍几道用芋做的美味佳肴。

奉化名产芋芋头

“走过三关六码头，吃过奉化芋芋头。”沪杭甬一带的这句民谚，主要用于比喻人们见多识广的经历，从中已可见奉化芋芋头的名气。旧时的“食中珍品”芋芋头，如今依然是奉化最知名的特产之一。

据清乾隆《奉化县志》卷六“物产”载：“芋，取熟芋为粉作砖，积数十年不坏，和屑可以备荒。”北宋时期，奉化人陈著《收孝偶成》诗云：“数巢岷紫破穷搜，珍重留为老齿馐。粒饭如拳饶地力，糝羹得手擅风流。家贫自盍勤多种，岁晚何当饱一收。回首人间剑炊米，谁知煨烬有炉头。”可见早在宋代奉化已广植芋芋，时称“岷紫”。

据悉，如今名噪海内外的奉化芋芋头主要是在明朝中叶时，由福建、台州一带带来奉化的“棚民”传入。明清之间，奉化芋芋头种植于剡江畔的前葛村，以后扩种到牌亭、罗村、石桥头、崎山和溪口等地，到晚清才普及奉化全境。

奉化芋芋头之所以好吃，与奉化独特的自然环境有关。芋芋头既怕水又畏旱，萧王庙、溪口、尚田一带土壤正适合其生长特点，故所产最佳。奉化芋芋头分大、早两大类。水田种水芋，有青基、赤基之分；旱地种旱芋，品种有红芋、乌脚箕、黄粉箕、香梗芋等，储藏期一般可达5~6个月。乌脚箕属多子芋类，其子芋质滑腻而味鲜，芋头多作动物饲料。而奉化芋芋头主栽品种为“红芋”，其母芋、子芋均可食用，母芋即称“芋芋头”，个大皮薄，肉粉无筋，糯滑可口，是区别于其他魁芋品种的主要特点。主要分布在萧王庙、锦屏、江口、西坞、溪口、尚田等地，尤以萧王庙前葛芋芋头最为出名。

家常芋芋惹人馋

寒冬将至，奉化人最爱的芋芋头又开始了丰收季。萧王庙街道的大头饭店与往年有合作关系的本地芋农打好招呼，收购了一批质量上乘的奉化芋芋头，为冬日里的芋芋季做足了准备。

老板孙义称是土生土长的萧王庙人，也是熟谙芋芋头吃法的门内人。他说，别看刚挖

出来的芋芋外表黑黝黝毛绒绒的，且粘着泥巴，像个蓬头垢面的糟老翁，但是洗净后，用咸齑汁烤一下午，那香味绝对能飘到十里之外，馋死一大片人。

咸齑汁烤毛芋，这是最地道也是奉化人最爱的芋芋吃法，而在沿海地区，芋芋蘸虾籽酱就成了最平常的美味。芋芋与虾籽，一白一褐，又甜又咸，但是搭配在一起却是喷香香的人间美味。一桌子人，十几双手，一盆芋芋，一碟虾籽酱，肯定立马就见了底，只剩一堆黑褐色的芋皮。

但是，对于我来讲，最爱的还是蘸酱油的芋芋。为求吃起来方便，我妈会先将芋芋去皮，而这往往就是我的活。她只需喊一声，我必屁颠屁颠地去从墙头找来一小片破碗瓷儿，学着她的样子一个子儿，一个子儿刮干净芋芋的皮。其实，这可不是个一个好活儿哦，稍不注意有一两滴芋芋汁蹦到手上，或是芋芋皮沾到手上，手立刻便会痒起来，越抓越痒，异常难受。好在等鲜香糯滑的芋芋出锅上桌，手便不痒了，再来一碗美味鲜酱油，我一个人就能吃干抹净一整盘切得整整齐齐的芋芋片。

创新芋芋围成宴

其实，并非“敝帚自珍”，也并非“孩子是自己的好”，奉化的芋芋头与全国任何一个地方的芋芋头品类相比，皆是上上品。它去皮后洁白如玉，煮熟后食之粉而不松，细而不腻，松软中有着筋力，清香中透着绵甜，那一份鲜香糯滑的味道，只可意会不能言表！

为进一步提升奉化芋芋头的知名度和品牌影响力，展现奉化风情特色旅游形象，区妇联和萧王庙街道共同举办的巾帼在行动——奉化全“芋”旅游启动仪式于11月16日下午在滕头村和谐广场举行。大头饭店的“金牌芋芋头”“脆皮芋芋”“蛋黄芋芋头”分获“百芋宴”一等奖、二等奖和三等奖。

别看“金牌芋芋头”其貌不扬，其实它是最需花心力的菜肴之一。据大头饭店的厨师长张世国介绍，将肥瘦相间的五花肉与萧王庙本地的芋芋头入铁锅炖煮3小时，让芋芋头吸满肉汁而不崩于形，才是一道真正成功的“金牌芋芋头”。

张世国是溪口西畚村人，在大头饭店工作已有12年。十来年间，张世国创新研发出了板蓝根白菜芋芋子、蛋黄芋芋头、脆皮芋芋等10多道创新芋芋菜肴，吸引了大批回头客专程来店品尝。

“食常羹芋已忘肉，年迫盖棺犹爱芋。”烹栗煨芋魁，味美敌熊蹯。”陆游曾作诗称赞芋芋比肉和熊掌还要味美，但是再美好的食材都需要心灵手巧的厨师来雕琢。张世国说，虽然参加“百芋宴”，自家的菜肴获得了肯定和赞赏，但他还是会更加用心地研发芋芋的多种吃法，让更多的人品味到奉化芋芋头的美味！



当你在自家厨房尝试一道道美味，投入身心制作时，不妨与我们一起分享你的感受；当美味出炉，不妨让我们一起分享成果。

记住，伟大的美食家可以来自任何地方，或许就是你的厨房哦！

投稿邮箱地址：740498844@qq.com 88912175

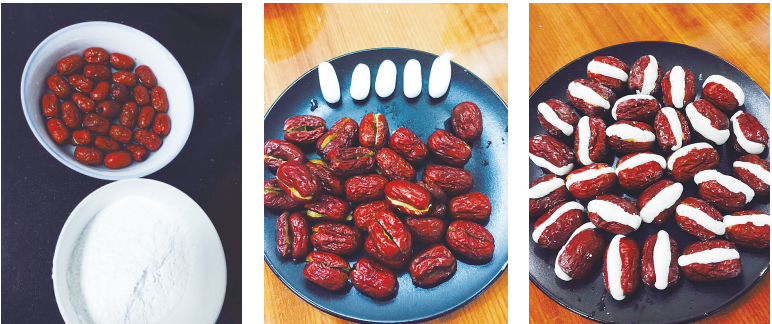
最爱那一口软糯香甜的“心太软”

很早以前在饭店吃过糯米枣，我就喜欢上了它，名字也很好听，叫“心太软”。“心太软”口感清甜，糯米的软糯与红枣的香甜完美结合，一口咬下去软糯可口，即使不加糖也十分美味，而且用料简单，制作方便，是一款在家也能随时吃上的小甜食。

材料：糯米粉、热水、红枣。

制作方法：1. 红枣洗净泡水一小時以上，用剪刀剪开半边红枣去枣核。2. 糯米粉加入热水揉成团，取一小块糯米粉团揉搓成比枣核大3倍的椭圆形团。3. 将糯米团塞入红枣中，用手略捏合下。4. 将做好的糯米枣用冷水大火蒸开，10分钟后出锅，淋上糖桂花，撒上芝麻，即可开吃！

制作者：网友“辉妈烘焙”



对于一枚吃货来说，每一次旅行，品尝当地美食，可能比旅行本身更重要，由一道美味认识一个地方，从一次品尝开启一个世界。不想做吃货的旅行者离“合格”总差了那么一点，而想吃遍全世界美食的吃货就像不想当元帅的士兵。“行走的美味”欢迎吃货来稿！

投稿邮箱：740498844@qq.com, 88912175

竹溪蒸盆

“竹溪蒸盆”，是饮食文化出名的十堰竹溪一道有名的鄂菜，民间传说这道菜始于唐朝。相传薛刚在正月十五大闹花灯打死太子后，武则天下令将薛家满门抄斩，在武三思追杀下，薛刚被逼与妻子在卧龙山含泪离别，独自一人逃至泗水关（今竹溪县丰溪镇境内），投奔本家哥哥薛义。

薛义暗想：薛刚已被皇上旨旨缉拿，我这时若藏他，岂不受拖累？便与夫人杨氏商量：“如果我们趁此机会把薛刚抓起来解往长安，可以官升三级，你我今后有享不尽的荣华富贵。”杨氏大怒说：“亏你想得出来，弟弟把你从狱中救出来，又安排你任总兵，你不想图报，如今恩人有难，你还想落井下石，会遭天谴的。”

薛义见杨氏这样说，知道明的不成，便假意说：“我只是试一试你，是不是见财起意之人。”杨氏夫人这才转怒为喜。薛义说罢便叫杨氏安排宴席为薛刚接风。席间，最后上的菜是一个大陶盆装的热气腾腾的蒸盆。

不料薛刚被薛义下毒计毒倒，欲押往长安领赏，杨氏亲眼见此，便来阻挡，被薛义当场一脚踢死。后来当地的妇女为了纪念大仁大义的杨氏夫人，都仿效她做的蒸盆来招待尊贵的客人，并且世代代传诵着她的美德。

做竹溪蒸盆，首先要将整鸡、整蹄洗净后用葱、姜、花椒、大茴、桂皮、料酒、香菇、食盐等腌制半小时，然后冷水上盆，蒸至八九成熟，把高山（海拔700米以上）土豆切好淘尽入盆；半小时后将鸡蛋饺子、金针入盆；20分钟左右，将菠菜叶入盆，5分钟后，乌（乌鸡）、红（腊肉）、黑（香菇）、白（土豆）、黄（鸡蛋饺子）、绿（金针）、青（菠菜）七彩斑斓，原汁原味，浓香扑鼻的蒸盆就令人眼馋、嘴馋了。

比较讲究的人家，还要拔两样地里的青菜，酸菜坛子里捞两个酸柿子，池塘里打条鲤鱼，至少炒四样配菜，既是“五魁首（四菜一盆），又是诸（猪）事（柿）吉（鸡）利（鲤）之意。

据搜狐美食



图片来自网络