

北有驴打滚 南有擂沙鸡 这道小甜点唤醒童年记忆



记者 方叶 杨长乐

“擂沙鸡”，切不可顾名思义。它不是鸡肉做的，而是滚过白糖和芝麻的糯米饭团，纯素食，也叫擂沙麻团，奉化人则习惯称之为“糯米麻团”。如今市面上很少能买到糯米麻团，但逢年过节，特别是毛脚女婿上门的时候，这道是甜点必不可少的。

糯米麻团的来历

追溯糯米麻团这个名称的来历，有一个很有意思的故事。鸡有洗泥沙浴的习惯，一遍遍让身子滚满泥沙，然后反复抖落，据说借此可以“洗”去寄生在绒毛中的虫子和细菌。擂

沙鸡，一只滚满沙的鸡！

这样土味十足的名字，不由地让人想起了北方的驴打滚，可谓“北有驴打滚，南有擂沙鸡”。

糯米麻团的做法

糯米麻团的做法非常简单，食材就糯米、糖和黑芝麻。把黑芝麻炒香，和白糖碾成末，制成沙；糯米煮熟后捏成团，揉成一个个鸭蛋大小的团子，在芝麻白糖沙上滚滚，使之均匀滚上一层沙即可。可再简单的做法，要是深究起来，却也有不少门路。

米的时间里，可以处理芝麻和白糖。把黑芝麻翻炒熟出香后，倒入预先准备好的白布上，将白布扎起后，不停地捶打揉搓，慢慢的，空气里就弥漫出了一股芝麻的香味。“用这样的手工方法碾成的芝麻末最香，完全不是机器碾压所能代替的。”江海波说。

矿业大酒店厨师长江海波是做糯米麻团的好手。江海波有着30年的餐饮从业经验。他说，在以前，糯米麻团尤其受农村孩子的青睐。原因之一是糯米麻团香糯可口，在野外疯玩得饥肠辘辘时，跑回家揭开食罩，意外发现有盘浑圆乌黑、结实香甜的糯米麻团在里面，那种惊喜无法言喻。也因为那年代吃食少，糯米麻团是农家孩子最值得期待，最易落到实处的美食，所以吃起来劲道更足。

做沙的白糖，要选砂白糖，同样是倒入小石臼中不停地碾压。绵白糖入口太软，缺少了牙齿碰触后那种咬劲，自然也就体验不到“沙”的奇妙所在了。碾好芝麻和白糖后，就可以按3:1的比例混匀了。2个小时后，把浸泡过的糯米倒入蒸笼中，再次加热水。约30分钟后，糯米独有的清香便一阵阵扑来。将糯米搓成一个鸭蛋大小的饭团，然后放入芝麻白糖沙中来回翻滚，此时“白团子”已变成了“黑团子”。若此时顾不得烫嘴，先咬上一口，就会发现糯米的清香混合着芝麻独有的香味在嘴里四溢。在吃多了大鱼大肉的年代，这种几乎保留着食材最原始香味的小食，会让你的味蕾得到不一样的满足。

糯米麻团的“乡味故事”

酒店老板娘一边吃着糯米麻团，一边跟大伙儿分享着她记忆中关于糯米麻团的“乡味故事”。她说：“以前物质还不丰富，家里几乎没有可以拿得出手的东西，可是再穷的人家总会备上几斤糯米。”那时候，劳作的人们容易饿，所以那时候的糯米麻团搓得比较大，拳头大的糯米麻团放在篮子中，然后盖块热毛巾，送到田间地头，还是热乎乎的。大伙儿你一个我一个，吃饱生了力气，继续埋头割稻。

麻团还是当时人家最拿得出手的美食。

其实，糯米麻团对于那个年代的年轻男女来说，可能意义更大。以前人比较含蓄，有什么心思也会羞于明说。恋爱中的男女相亲后，男方第一次去丈母娘家中，要是丈母娘中意未来的女婿，就会端上一盆糯米麻团作为点心，意思是要将女儿女婿捆在一起，而“沙”因白糖所做，寓意以后要甜甜蜜蜜，白头偕老。

随着物质生活的不断改善，糯米麻团这种传统小吃渐渐没落，但是对于它的记忆，很多奉化人偶尔想起儿时的味道，以及当年被丈母娘认同后的欣喜，微笑便会不知不觉地浮上嘴角。



金针肥牛

金针肥牛是我最爱的一道菜，色香味俱全，看着就很有食欲。

食材：

葱、姜、蒜、辣椒、肥牛、金针菇、豆芽、柠檬、香菜。

步骤：

1. 配菜切好。
2. 肥牛从冰箱里拿出解冻，金针菇和豆芽洗净备用。
3. 锅里加水，水开后放入料酒、姜片，肥牛焯水，肥牛变色后快速捞出备用。
4. 另起一个大锅，锅里倒油加热，将葱姜蒜爆香，下金针菇和柠檬翻炒，再倒入开水没过食材，然后放入盐、酱油、蚝油转中火煮。
5. 把焯过水的肥牛放入大锅内，转大火煮2分钟。
6. 出锅装盘，撒上切好的红椒和香菜，再放上几片柠檬，起到点缀又提味的作用，别小看这些不起眼的配菜，锦上添花就靠它们了。

网友“独木成林”提供



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:460947613@qq.com

马来西亚举办中马厨艺交流赛



新华社吉隆坡11月20日电(记者 林昊 王大玮)“马中友好·味来更好”中马美食文化厨艺交流赛20日在吉隆坡举行。来自中国和马来西亚的50多名厨师参加了交流赛，切磋厨艺，弘扬中华美食文化。

马来西亚对华特使陈国伟在比赛开幕式上表示，马中友谊源远流长，两国建交45年来，在经贸合作、文化、教育、旅游等领域都取得了丰硕成果，两国关系越来越密切。

陈国伟说，中华美食文化拥有数千年发展史，博大精深，在马来西亚也得到了很好的传承。希望两国

厨艺精英可以借交流赛的平台，多学习，多交流，共同推动中华美食的创新和发展，弘扬中华传统文化。

本次交流赛由马来西亚餐饮业协会主办。会长高浩云表示，中餐是中华文化的优秀代表，也是马来西亚多元文化的一道靓丽风景线。举办中马厨艺交流赛是为了让中华美食和饮食文化能够在海外得到更好的发展。

角逐本次交流赛的两国厨师以“中餐”为主题烹饪菜肴，由两国厨艺界知名专家组成的评审团综合打分决出比赛的“厨王”等奖项。



准备材料



炒芝麻



准备捣糯米



糯米团子



擂沙

