



乡下来的油豆腐



秘制鲫鱼的鲜香密码

●文/图 大猛

长沙是座好吃的城市，只是需要我们的味蕾去发现。在长沙凡是有记忆的美味菜肴，都值得我们去宣扬。比如袁家岭秦族驰的皮蛋肉丸，高桥及中南汽车世界衡厨的秘制鲫鱼。

锡箔纸里的美味魔法

鲫鱼的优点很明显，鲜嫩味甜，美食家苏东坡和袁枚都爱吃鲫鱼，缺点在刺多。

衡厨的秘制鲫鱼，初见就让我眼前一亮。裹着锡箔纸的铁板鲫鱼端上桌时，还带着滋滋的轻响，这分明是在宣告味觉盛宴的开启。轻轻戳破锡箔纸，焦香的鱼皮混合着十三香的浓郁气息扑面而来，筷子轻夹，鱼肉嫩得几乎要滑落。就连鲫鱼最让人头疼的细刺，也成了老饕们边挑边笑的趣味：“鲜香到这地步，挑刺都成了仪式感！”

一条鱼“逆袭”的故事

秘制鲫鱼何以如此有名，我找到衡厨负责人之一曹斌。曹斌对我笑道：“火候和诚意，是这道菜真正的秘方。”

曹斌说，这道菜的诞生，源自创始人阳微的灵光乍现。多年前，阳微在长沙大学附近尝到一味排队酸菜鲫鱼后，他看到商机，决心改良这味鲫鱼：

一、从原料上，将原店中仅重四五两的鲫鱼改为重1斤到1.2斤的鲜活水库鲫鱼，这样就可使鲫鱼成为店铺主打菜。

二、在工艺上，将原本纯酸菜煮鱼改换成酸菜+秘制十三香，熬汁收浓。制作过程是，先高温快炸锁住鲫鱼鲜嫩，再慢火焖入味，最后用滚烫铁板激出鲫鱼的香气。

有趣的是，这道菜一经衡厨推出，引来不少同行“偷师”。有人连吃十几回，回家自制，总觉得香味做不出来。这反倒让这道秘制鲫鱼在民间口碑传播更广，名声更响。现在这味秘制鲫鱼，在衡厨每天可销售400至500条。

乡下来的油豆腐

若说鲫鱼是主角，衡阳的油豆腐则是最佳搭档。豆香浓郁、内里蓬松，我一尝便知，这是真材实料，比长沙某些店掺米粉的油豆腐好吃多了。至于脆嫩爽口的石湾脆肚，虽也出彩，但我总想着秘制鲫鱼，心想下次再约哪位朋友吃饭，就约在这家店。



秘制鲫鱼

左宗棠锅面煮沸长沙粉面江湖

●任大猛

有专家估计，当下长沙街头粉面馆应已破万。但却有不少老饕偏偏对长沙曾经红极一时、如今却已“消失的锅面”念念不忘。十天前，百年老字号“杨裕兴”总店迁址人民路的开业典礼上，花鼓戏艺术家李小嘉说，她最难忘的是年轻时吃过的杨裕兴“三鲜伊府锅面”。

恰好，近日我接到竹塘西路“易裕和”总店负责人易军打来的电话，“易裕和”现已恢复在长沙消失近二十年的“左宗棠锅面”，希望我前去品尝并提出意见。

一碗“有故事”的锅面

这碗锅面确实有故事，且“有书对”，清末杨公道在《左宗棠轶事》中说：“（左宗棠）公举孝廉……舟过扬州，停桡游览，就市上食鸡汤面而甘之，谓为味妙无匹。后每过此，必饱啖。转战各省，去扬愈远，偶与客谈及，津津焉若有余味。既贵后，常命庖人仿其法为之。杀鸡虽多，终觉其味远不及也。迨督两江，简阅瓜州兵，令西来将士各犒二碗，无烦郡县供张。且谓之曰：‘古来名将恒与士卒同甘苦，今诸君皆历年相随，备尝艰苦者，则口有所甘，安敢不与诸君共之乎。’众咸悦服。一时风声所播，凡过邗江者，必尝是面……”

左宗棠分享给湘湖子弟的这碗面在1882年传到了长沙。此后这碗面就在长沙扎下根来，在上世纪90年代前，在繁华长沙街头的老字号甘长顺、杨裕兴、火官殿、半雅亭中均对外供应这种左宗棠爱吃的面，甘长顺面牌上挂的是“三鲜伊府锅面”，有的店挂的是扬州锅面，也有店挂过“左宗棠锅面”之名。

上世纪80年代，随着物质的丰盈，不少老字号纷纷恢复曾经脍炙人口的古早美食，当年，食客们在走马楼甘长顺餐桌上摆出的三鲜伊府锅面，热气腾腾，一家人围坐桌前食锅面，给人留下极深的印象。随着城市拆迁、社会变迁、厨师更迭换代，这碗让老长沙人颇有记忆的锅面竟在近二十年的时间里找不到一丝痕迹，成了不少老长沙心底的遗憾。

易军说，他三十多年前曾在甘长顺工作，接触过享誉长沙的锅面，他努力搜寻记忆，近日已成功恢复锅面。鉴于这锅面在历史上记载与左宗棠相关，遂在易裕和挂出“左宗棠锅面”的牌子。



老长沙记忆经典锅面 均为刘晓敏 摄



“恰同学少年”青春版锅面

左宗棠锅面的灵魂：面条饱吸汤汁的鲜美

易军说，锅面之所以在长沙消失近二十年，原因在于锅面所用的面条并不是长沙面馆常用的碱面，而是一种经过先炸后煮，脆黄焦香的伊府面。

易军对制作伊府面工艺有一定了解，经过一段时间的钻研，他终于恢复了可耐久煮，不糊不烂，且面条更易饱吸三鲜汤味的左宗棠锅面面条。

易裕和首先为我们端上了一锅老长沙记忆经典锅面。上锅面后，燃炉点火，面条在锅中翻腾，吃得人一身暖暖和和。

易军说，长沙这座幸福的城市，重视家庭，重视人文，确实需要一锅可以承载记忆的锅面，因此易裕和拟在端午、中秋等传统节日推出团圆锅面套餐优惠。

接着，易裕和又为我们上了

嘞面指南：如何吃出1882年左宗棠锅面的鲜

想尝正宗左宗棠锅面，记住三字诀：煨、嘞、叹。

煨：面条在火锅中小火慢煨，最好让每一根面条吸足鱿鱼、海参的精华；

嘞：得端起小碗，用筷子轻挑锅面入小碗，将锅面嘞进嘴里，吃完抹

抹嘴，可对空盆感叹，当然肚中能够盛面，还可以加点一份伊府面，再加汤重煮，吃到肚腹饱饱作罢。

叹：店中陈列有左宗棠锅面来历的介绍，顾客在进门时或出门时可反复浏览这段历史，赞叹一声，表明嘞面仪式已告完成。

春风拂槛宴会浓

●文/图 喜儿

当春风轻柔抚过香樟树嫩绿的芽头，吹进大开的窗户时，就能想象，那些在一阵一阵春雨之后，在大地间努力生长的食物，变得诱人又美味了。春天五彩缤纷，但主题一定是生机盎然的绿色。入馐，定是极美的。

与长沙相隔百里的湘西保靖的茶山，也泛着油油的绿色了。茶农把最早的一批茶采摘然后烘焙。清明前的那一口鲜，就用茶汤送入了口中。那天被长沙富临美食邀请品尝春茶宴，就是从这个极为鲜嫩的茶水开始的。

一、养生菜汁翅

用多种蔬菜榨取出碧绿的汤汁，泡发又炖煮好的鱼翅放入碗中，浅黄的琥珀色，仿佛是那碗碧波向内荡漾的涟漪，晕染了阳光的颜色。入口是清甜，全然没有了鱼翅惯用的厚重口味。鱼翅口感的滑嫩与些许的软糯，增加了汤汁在口腔的时间，舌头会被隐隐的鲜美激活，然后饶有趣味去寻找与捕捉。在最接近高潮的地方，戛然而止，留下一丝念想。用汤匙，刮干净碗底，才仿佛真的拥抱了春天。

二、砂锅蚕豆腊猪脸

鲜嫩的藤蔓上结出翠绿的豆荚，肥胖可爱的蚕豆带着特有的气息，灶火上熏制足月的腊猪脸被洗净改刀。一勺热油，调和二者。大火炙烤下的砂锅让这两种食材碰撞又相融。蚕豆粉糯，腊猪脸柔韧。皆因这油脂荡漾，便有了震慑的气旋。泛着焦香与烟火的气息。

春天的温柔长满了枝头，又会在一阵风之后，落入盘中。这个季节，挑选些肥厚肉质的花朵，也是可以成为美食的。一道“雪莲芯”，估摸着是种可食用的兰花，焯水又冰镇，一点麻油香醋小米辣，都可以伴着那一份脆甜入口了。脆，是一瞬间开始又结束的断裂，汁水满溢口腔。紧接着是大地被挤压之后，所渗出的那一丝甜。

三、古法鲟鱼

鲟鱼，自古以来都是春天里不可以忽视的娇媚姿态。半幅鲟鱼，用古法蒸制，黄酒和醪糟的加入，甜糯鲜美的汤汁，让丝丝缕缕的鱼肉有了不平凡的味道。火腿片置于上，鱼鳞封存油脂。在热力的作用下，向下渗透咸鲜。每人分得一块，细心挑出鱼刺，小口嘬着汤汁，把鱼肉送进口里。江水里曾经翻涌的活力，都幻化成了口腔里久久不散的柔情。

四、韭菜炒海肠

桌子转了几圈，一道二月鲜韭菜炒的海肠出现在了面前。那种北方海域里生长的鲜物，拥有更为肥厚的肉质。头茬的韭菜，也是最嫩的时候。两者用锅气调和，入口就是大地与海浪的样子。经久不息拍打出幼滑的沙石，一浪一浪的出现又消失。美味，有时就是在不确定中抓住能确定的一切，继而产生的获得感。大概就是这样了。

五、溪水三鲜

菜过五味，酒也三巡有余，被打开的味蕾与酒意，总是会有些贪婪的情绪的。追加一道溪水三鲜，小河虾、螺蛳肉和泥鳅。取差不多大小，相配的葱姜蒜与辣子亦是如此。下锅爆炒，之前也一定是拉过大油，使其表壳有薄薄一层脆意，更妙的是肉质还有点鲜嫩。筷子一点点夹起，入口。这过程拉长了相聚和啜饮的时间，香辣酥脆又拉高了饮酒的乐趣。



溪水三鲜



“讲文明 树新风”公益广告
—— 文明健康 你有我有 ——

一菜一筷 一汤一勺

健康 · 卫生 · 文明

