

“食刻”有礼

扫码备注“食刻”，申请加入沧州晚报“食刻”群，进群后查看本期具体获奖方式。

本期奖品：5份**笼蒸老豆腐**（或**羊肉泡馍**）和5份**铁板烧金典套餐**。**笼蒸老豆腐**、**羊肉泡馍**由“**陕西风味羊肉泡馍笼蒸老豆腐**”提供，**铁板烧金典套餐**由“**悠闲铁板烧**”提供。

（中奖名单请关注下期“食刻”版）



2020年12月31日“食刻有礼”中奖名单

谷子	151****4400	Q.Y	186****1306
杜哈哈	182****5678	愿望年代记	137****5947
随缘	139****9201	阳光	186****9536
阳光	132****3645	年轻的心	166****0877
执着	137****9875	北极熊	199****8123

以上10位各获“金汤瓶糕点”提供的糕点1斤，凭手机号码到运河区解放西路传媒大厦15楼领取获奖凭证。

“金汤瓶糕点”地址：新华区民族路188号

沧州街巷美食地图之三

光荣路上，不能错过的美食

本报见习记者 张嘉慧 摄影报道

光荣路位于运河区，东起清池南大道，西至开元南大道，横跨的城区距离着实不短。在长长的光荣路上，大小饭店林立，老店新店遍布，有的店看着毫不起眼，进去尝了才能发现独有的诱人味道，而这需熟悉这街巷又深谙美食的人做个向导，才能一吃一个准儿。

有位朋友在市西体育场附近长大，自小喜欢寻觅美食，趁其之便，来看一看浮阳南大道到朝阳路段的光荣路上，有哪些不可错过的美味吧。



笼蒸老豆腐、羊肉泡馍改良后更合口味

王有明一家是陕西榆林人，就连他家的招牌都透露出陕北人直爽性子，没有花里胡哨的名字，直接就是店里的招牌吃食——**笼蒸老豆腐**、**羊肉泡馍**，这两样可是实打实的陕北特色美食。

刚从蒸箱中取出的老豆腐白嫩光滑，王有明熟练地将麻酱、冬菜、韭菜花、蒜泥、香油几种小料浇了上去，质朴的老豆腐一下变得妖艳起来，食欲也跟着蠢蠢欲动。再搅和几下，整块的老豆腐被搅散，均匀地浸在各种小料之中。一勺入口，嫩滑细腻的口感与咸香鲜美的味道一下便将味蕾俘获，与以往吃过的老豆腐都不同。再加两勺辣椒油，香味变得更加浓烈丰富，勾得人一勺接一勺，吃得碗底干干净净还禁不住回味。谁曾料想，朴实的老豆腐竟有如此精彩的滋味。

“调一碗老豆腐快得很，但做成一碗却很辛苦。”王有明和妻子每天一早就用凉水泡上豆子，下午4点再磨成豆浆，夏天则要等到晚上8点以后。豆浆自然放凉后才能点成老豆腐，如果直接放到冰柜里，降温速度太快会影响口感。所以，凌晨2点，万籁俱静，却正是王有明和妻子忙碌的时候。整桶的豆浆点好、摇匀后，要赶



笼蒸老豆腐

快分装到碗里，放入蒸箱。动作稍慢，豆浆凉了，老豆腐就点不成了，每晚都是速度与温度的赛跑。此外，点老豆腐用的碗必须纤尘不染，用蒸汽高温消毒，有一点杂质，点的老豆腐就会散。因为太劳累，以前做笼蒸老豆腐的几家亲戚都不做了，只剩下王有明一家。

“更正宗的榆林老豆腐是纯豆腐放点酱油、黄豆粒和小咸菜，干吃就很有味。但在沧州，人们不太能接受没有卤子的老豆腐，我母亲就调整了一下。”20年的时间，王有明一家用时光和专注打响了自己的招牌。

被王有明一家改良的不只笼蒸老豆腐，他说，正宗的西安羊肉泡馍是没有粉丝的，店里的羊肉泡馍在陕西叫“水盆”，但很多顾客去了西安回来告诉他，还是他家的羊肉泡馍更合口。

只有料、肉、骨都好，羊肉泡馍才能做出好味道。王有明家羊肉泡馍的做法是他舅舅在陕西学的，用的调料是陕西师傅秘

制的，有了这个料才有了地道的陕西味。吊汤用质量好的大梁骨，煮肉用品质高的鲜羊肉，辣椒是醇香微辣的秦椒。这样的一碗羊肉泡馍，肉香汤鲜，粉丝细软，再配上浸透汤汁的馍，越吃越有味。

凭着这两样独特的美味，虽然20年间，王有明的店在光荣路上几次易址，但热情的食客们却总能够寻味而至。

（店址：运河区光荣路市西体育场北门西行100米路北）



羊肉泡馍

悠闲铁板烧：搭配的艺术



刘志业与妻子正在做铁板烧

时移地易，美味对人的吸引总是不变的，这家悠闲铁板烧亦是如此。起初，他家在民族会馆北侧摆摊儿，后来搬到了附近的临时板房里。我那朋友上学时就爱吃他家的鱿鱼，谈恋爱时还特意带女朋友去吃，后来再想吃时却发现临时板房拆了，店不知迁去了哪里。失落之时，他偶然走进光荣路上一家新开的铁板烧店，发现竟就是寻了许久的家！

这家铁板烧不是自助的那种，而是老板统一将顾客挑好的食材在铁板上煎熟，做好后再端上桌，主打的招牌是“大饼卷一切，切饼更美味”。一样的食材和调料，用饼卷着吃和切开混着吃，味道是不一样的，更多的顾客喜欢“切”的吃法，把食材和大饼切好，混在一起，更有滋味。

真正会吃的，挑食材一定是荤素搭

配，尤其要有洋葱、香菜、尖椒这种提味的菜。烧好的一盘端上来，丰富的菜品，赤红的酱汁，细小的芝麻，看着便让人食欲大增。老板刘志业的铁板烧做得好，一是火候掌握得好，二是酱料调得好。

土豆片的口感脆脆的，丝毫没有生腥味；切成一块块的煎鸡蛋，边缘焦脆，里面还很软嫩；豆皮裹金针菇的豆皮略硬，金针菇却特别水润；鱿鱼须弹韧有力；甘蓝菜又脆又润；面筋厚实软糯；鸡排嫩而不烂……每一种的口感都恰到好处。

——品味各有千秋，多种搭配更引人入胜。随意的一筷子，夹起肉或菜随便几种，裹着饱满的酱汁，沾着香脆的芝麻，一入口，洋葱的辛辣便先声夺人，饼块嚼起来很劲道，包裹着的浓郁酱汁冲到喉头，香菜的清香紧随其后，各种食材的香味弥漫在齿间，好不有味。不同的口感，不同的味道，有先有后，有轻有重，混杂的层次让每一次的咀嚼都充满享受。咸口的吃多了，不妨尝尝红枣年糕，软糯香甜的味道正中和了之前的咸香，五味调和才是中餐的制胜法宝。

从单一的铁板鱿鱼到四层货架、几十种食材，从忐忑开张到食客盈门，刘志业与妻子一步一个脚印地走了过来。在老店，铁板灶前的地板被磨得褪了色，前后换了3次，那是两人常常站着做铁板烧的地方，是辛劳的印记，也是美味的奖章。

（店址：运河区光荣路市西体育场北门东行50米路北）

配，尤其要有洋葱、香菜、尖椒这种提味的菜。烧好的一盘端上来，丰富的菜品，赤红的酱汁，细小的芝麻，看着便让人食欲大增。老板刘志业的铁板烧做得好，一是火候掌握得好，二是酱料调得好。

土豆片的口感脆脆的，丝毫没有生腥味；切成一块块的煎鸡蛋，边缘焦脆，里面还很软嫩；豆皮裹金针菇的豆皮略硬，金针菇却特别水润；鱿鱼须弹韧有力；甘蓝菜又脆又润；面筋厚实软糯；鸡排嫩而不烂……每一种的口感都恰到好处。

——品味各有千秋，多种搭配更引人入胜。随意的一筷子，夹起肉或菜随便几种，裹着饱满的酱汁，沾着香脆的芝麻，一入口，洋葱的辛辣便先声夺人，饼块嚼起来很劲道，包裹着的浓郁酱汁冲到喉头，香菜的清香紧随其后，各种食材的香味弥漫在齿间，好不有味。不同的口感，不同的味道，有先有后，有轻有重，混杂的层次让每一次的咀嚼都充满享受。咸口的吃多了，不妨尝尝红枣年糕，软糯香甜的味道正中和了之前的咸香，五味调和才是中餐的制胜法宝。

从单一的铁板鱿鱼到四层货架、几十种食材，从忐忑开张到食客盈门，刘志业与妻子一步一个脚印地走了过来。在老店，铁板灶前的地板被磨得褪了色，前后换了3次，那是两人常常站着做铁板烧的地方，是辛劳的印记，也是美味的奖章。

（店址：运河区光荣路市西体育场北门东行50米路北）



铁板烧