



“食刻”有礼

本期奖品:10份羊肉泡馍。奖品由大傻羊肉泡馍提供。

获奖方式一:从《沧州晚报》个人订户中随机抽取。
获奖方式二:扫码备注“食刻”,向记者推荐本地特色美食,从提供线索的读者中随机抽取。
(获奖名单请关注下期“食刻”版)



10月14日“食刻有礼”获奖名单

137****5947	139****9556
150****2902	131****7009
139****9201	187****9885
199****8123	151****9458
186****9536	137****0092

以上10位读者各获千寻面馆提供的幸福面一份。接到通知后,凭手机号码到店领取。

领取地址:运河区广场街华西小区北区东门

吃客

大傻羊肉泡馍:

肉香汤鲜馍有嚼头儿

●本报记者 吕依霖 摄影报道



日复一日,张凤杰做羊肉泡馍已经26年了

深秋时节,风中有了深深的寒意,走在街上抱住手臂还是冷。这个时候,太需要一碗热气腾腾的羊肉泡馍,让打颤的四肢和胃重获温暖了。

大傻羊肉泡馍在浮阳北大道上开了26年,日复一日,年复一年,用一口巨大的汤锅和一碗碗羊肉泡馍,慰藉着来来往往的行人。

肉香汤鲜馍有嚼头儿

上午11点,进店里,用餐的窗口前就已经排起了长队。窗口挨着后厨的汤锅,热气氤氲散开,小店里十分温暖,一张张被寒风吹过的脸逐渐生动起来。

老板张凤杰正在后厨忙碌。他熟练地往垫好粉丝的碗中抓羊肉、点孜然、撒香菜末儿,转手递给汤锅旁的儿子,由他盛汤,淋一勺辣椒油。热气腾

腾的羊肉汤配一张白面馍,一起端上桌来。

汤色清亮,浮着翠绿的还打着旋儿的香菜末和几朵油花,极细的粉丝和薄切的羊肉沉在碗底,隐约可见。面饼一个巴掌大,烙得焦黄。

先来上一口热乎乎的汤,瞬间味觉被唤醒,热量涌向肠胃,传至指尖,整个人感觉温暖起来。孜然味首当其冲,香气浓郁,羊肉的鲜味融在汤中,香而不膻。若不是为了泡馍,恨不得一口气把汤喝光。

煮过的羊肉切得很薄,拿筷子夹起来,羊肉弯成一个圆弧,表面的纹理往外翻成一个一个小菱格,汤汁浸润每条缝隙,冒着白气。热乎乎软嫩多汁的羊肉肥瘦相宜,几片叠着大口吃下去,十分满足。

再掰馍。这馍并不十分蓬松,略硬,手上能感觉到馍的韧劲儿。把馍掰成大小形状不一



手掰馍



羊肉汤

的馍块,泡进汤中。在汤中打个滚儿,馍块的每个孔隙吸满了汤汁,体型也膨胀了一点,放入口中轻轻一抿,就碎成小块,融化开来,鲜香四溢。美食在前,客人只顾埋头,一口接一口,吃得过瘾。

得过瘾。

张凤杰说,这馍可是有讲究的,是半发面饼,太蓬松泡到汤中一下就散了,太硬则吸收不进汤汁,也就失去了泡馍的精髓。

贴合沧州人的口味

这碗卖了26年的羊肉泡馍,经过了张凤杰的改良,变得更加贴合沧州人的饮食喜好。

他把陕西水盆羊肉的做法与羊肉泡馍相结合,又悉心研究汤的配方,在不断摸索中,这碗羊肉泡馍才有了如今的“馍”样,让络绎不绝的食客找到了心目中的“沧州味儿”。

张凤杰十分注重原料的选材。羊肉必须选自青草喂大的羊,肉要新鲜,这样才能保证每碗羊肉的品质。

20多年来,张凤杰一家人养成了“黑白颠倒”的作息习惯。

张凤杰手机上有两个闹钟,一个是凌晨两点半,另一个间隔十分钟,两点四十分。第一道闹铃响了,再眯会儿,第二道铃响,便该起床了。

每天凌晨3点左右,是张凤杰的上班时间。打开店门,打扫卫生,洗肉、煮肉,备好一天的食材。5点钟顾客来店里,就能吃上一碗热气腾腾的羊肉泡馍了。

晚上7点,正是大多数人归家煮饭的时候,张凤杰已经准备休息。

被问及是否想扩大店面或开家分店时,张凤杰回答:“守着这家店,就挺好。”

店址:运河区永济西路与浮阳北大道交叉路口往北300米路东

教你做

牛油果三明治



天气渐冷,喜欢吃一些高热量的食物,牛油果就是一个不错的选择。熟透的牛油果可以做沙拉或者三明治,营养丰富。

前几天,自己在家做了这款可颂牛油果抱蛋三明治,口感绵软,味道清新。现把制作方法分享给大家。喜欢吃牛油果的朋友,可以动手试着做一做。

用料:

牛油果、鸡蛋、可颂面包、黑胡椒、沙拉酱、柠檬汁、盐、白洋葱、杏仁片。

制作方法:

第一步:把两个熟透的牛油果去核取果肉,放入碗中。

第二步:把取出的牛油果果肉用勺子或叉子压碎成泥。

第三步:往牛油果泥中挤入柠檬汁,可以有效地让牛油果延缓氧化,还可以让口感更清新。

第四步:往牛油果泥中加入沙拉酱,搅拌均匀。如果喜欢口味更丰富一些,可以加入白洋葱碎。

第五步:碗中加入适量的黑胡椒和盐。

第六步:把新鲜的可颂面包从中间切开,然后夹上调制好的牛油果酱。牛油果酱可以稍微冷藏一下,冰冰凉凉的口感更佳。

第七步:最后,在面包顶部放上煎好的鸡蛋,再撒上黑胡椒和少量的杏仁片就完成了。

欢迎读者推荐美食,也欢迎商家自荐。联系电话:3155769

——编者

食尚搜

小叨嘴熟食

云起时:逛街时,无意间发现了这家熟食店,味道很正宗。鸡爪全部去骨,个个浑圆饱满,有柠檬、藤椒、麻辣和蒜香四种口味。每种口味各有特色,吃起来直击味蕾,脆嫩爽口,已经回购3次了,值得推荐。

地址:运河区信誉楼商厦负一层小吃城内

沧炼张家羊肉泡馍

愿望年代记:这家的羊肉泡馍味道极好,卖相也好。晶莹剔透的粉丝浸泡在羊汤里,羊肉嫩而不柴,再撒上绿油油的葱花,香气四溢。天冷了,吃一碗热气腾腾的泡馍,心里舒坦极了。

地址:新华区交通北大街石化新村

