

报眉广告
139 307 58 496

出售九成新二手木地板
15元每平米起价。联系电话：13011425499

“食刻”有礼

9月27日“食刻有礼”获奖名单

本期奖品：10份招牌三鲜面。奖品由温州岸上捞海鲜面提供。
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)



- | | |
|-------------|-------------|
| 187****7213 | 187****2656 |
| 136****5622 | 138****8353 |
| 173****2186 | 189****9818 |
| 151****5682 | 187****3300 |
| 177****8851 | 138****5100 |

以上10位读者各获运河渔村提供的面粉一袋。接到通知后，凭手机号码到店里领取。
领取地址：沧州市东光县东光镇油坊口村“运河渔村”

启事

本版欢迎读者推荐美食，也欢迎商家自荐，不收取任何费用。
电话：3155769



温州岸上捞海鲜面：

一味解乡愁

●本报记者 吕依霖 摄影报道



李元贵端出一碗鲜香的海鲜面

恋乡不守土，大概是大多商人的特质。漂泊异乡，食物的味道难免勾起一缕乡愁，酸甜苦辣总在不经意间触及心底最柔软的地方。

出生在温州乐清的李元贵在外经商10多年，时常记挂着一碗海鲜面，乳白色的热汤面腾腾冒着热气，总让他想起离家的那一刻。

私房海鲜面
鲜浓顺滑浇头足

温州岸上捞海鲜面是思乡情切的产物。店里的厨师

和服务员也都是温州人，店里南方口音的食客不少。坐了一会儿，李元贵端出一碗海鲜面。

面碗像个小盆，面条和浇头高高堆起，冒起小尖儿。小小的深灰色蛭子堆在晶莹雪白的面条上，青灰色的文蛤半隐在奶白色的汤中，一条炸过的小黄花鱼“潜”在汤下，红虾为素色的面汤添了点淡淡的粉，青葱一撒，好看极了。素净秀气的一碗面，让吃面的人都不自觉地收敛了嘴巴。

碗中的面条是扁圆的，比普通面条略宽，在奶白色的汤里显得更加晶莹润泽。挑一筷

子面条入口，筋道爽滑，面香被浓郁的鲜味裹住，又在咀嚼下重现，两味交融，好吃极了。炸过的小黄花鱼肉质地细嫩，浸了汤，很快嗦出一条鱼骨。

再喝一口奶白色的海鲜汤。鱼虾的鲜甜被细致地熬出，入口醇厚而不腻，大概只加了调味的食盐之类。舌头多咂摸几下，回味甘甜又不失鲜香。汤浸着面，面汲取汤，这碗汤越喝越浓，转眼，一碗见底。李元贵看了很高兴。



酱骨头



私房海鲜面



特色三鲜炒米粉

一碗一做
小锅现熬汤

厨师的汤，唱戏的腔。李元贵知道这碗汤的重要性。

在温州岸上捞海鲜面的后厨里，有4口铁锅，每一碗面的汤底都是现熬出来的，一碗一做，保证新鲜。

厨师将鳗鱼干、小文蛤、小牡蛎、蛭子等一众海鲜放入锅中炒香，加入沸水熬6分钟，一锅海鲜汤就出炉了。说起来简单，实际用料很讲究。用来“吊”出鲜味的鳗鱼干是从温州运来的，味鲜清甜的小牡蛎也同样如此。

在这碗汤里，还有一块块炒香的姜蛋。在温州乐清，大家把鸡蛋与姜末翻炒一下，称作姜蛋。把姜蛋放到汤中给海鲜去腥，大概也是南方与北方的细小差别。一碗面，足可以看出李元贵的用心。

除了私房海鲜面，店里的招牌三鲜面、特色三鲜炒米粉和酱骨头都好评如潮。“温州美食也可以成为沧州人的心头好。”李元贵说的很有力。

采访快结束时，李元贵讲，曾经有一个顾客说自己从河间跑到沧州，就是为了吃这碗海鲜面，不知道是真的还是在说笑。

一定是真的，好味道怎么会骗人呢。

店址：高新区明珠公寓楼底商A1-117号



莲藕蒸肉

夏天



秋天到来，莲藕成为餐桌上的常见菜肴。平日里习惯了炒藕片，今天换了一个新吃法——莲藕蒸肉。蒸着吃的藕，清淡有营养，爽口嫩滑，夹着肉馅，吃到嘴里口感丰富。

用料：

莲藕、肉末、葱花、鸡精、白糖、生抽、十三香、蚝油、香油、盐、淀粉、蒸鱼豉油。

制作过程：

第一步：将莲藕去皮，切成厚点的片状。

第二步：在肉末中加入食盐、鸡精、白糖、生抽、十三香、蚝油、香油和葱花，然后搅拌均匀。

第三步：把切好的莲藕夹上肉馅，沾满淀粉。

第四步：把沾满淀粉的莲藕摆入盘中，上锅蒸15分钟。

第五步：出锅后，在蒸好的莲藕蒸肉上淋少许蒸鱼豉油，再撒上点葱花，一盘莲藕蒸肉就做好了。



鱿多多鲍汁鱿鱼

愿望年代记：酱汁是鱿鱼的灵魂，浓稠的酱汁裹满鱿鱼，香辣味十足。烤年糕外酥里糯，味道香甜，大多食客喜欢点。还有各种各样的小串可以随意添加。

地址：运河区荣盛购物广场四楼南区



喜小妮·中式轻食

北极熊：第一次吃中式轻食，味道不错。蔬菜种类丰富，有肉有菜，色彩斑斓，低脂健康。店里还有自制的低卡饮料，可以补充一天的能量。

地址：新华区千童商业广场5A127号门市

