

## “食刻”有礼

本期奖品:10份韭菜鸡蛋素饺子。奖品由水月饺子馆提供。

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)



## 3月14日“食刻有礼”获奖名单

186****7948	135****5526
199****0768	133****7708
155****5263	153****7815
136****9107	189****2861
180****0656	155****7836

以上10位读者各获马桂花焖饼提供的焖饼一份。接到通知后,凭手机号码到店里领取。

领取地址:运河区永安南大道与光荣路交叉口东北角

## 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



水月饺子馆:

# 馅大皮薄 历久弥香

●本报记者 吕依霖 摄影报道



姚彦飞正在准备馅料

早晨8点,水月饺子馆的后厨静悄悄的。切好的韭菜平铺在米长的盘子中,另一边是炒好的鸡蛋碎,阳光从后窗户照进来,洒在盘子上,一片鲜绿嫩黄,颜色好看极了。

姚彦飞洗了洗手,接着准备各色的饺子馅。

### 馅大皮薄

褐色的香菇碎,青翠的豆角丁、芹菜末、葱段,搅拌均匀的酱红色肉馅,洁白柔软的

面团……案板上摆满了各色食材,只等一双巧手,将丰富的颜色包进饺子皮里。

姚彦飞将面团揉搓成细长条,切成均匀的面剂子,擀面杖飞快地碾过,面皮儿薄薄绽开。姚彦飞把面皮儿放入掌心,挖一勺馅料放入其中,刚好填满“饺子肚”。很快,一只只圆滚滚、胖乎乎的饺子成型,乖巧地排成队码在一旁。

姚彦飞坚持不用机器包饺子。“机器包出来的饺子不香,虽然味道上只差一点点,但做餐饮的,差距就体现在这一点上。”姚彦飞说。

另一边,锅已架好,饺子依次下锅。不一会儿,热水沸腾,一尾尾小银鱼在水中上下翻滚。用漏勺盛出,饺子洁白如玉,摆在盘中,隐隐透出馅料的颜色。

夹一只香菇肉馅饺子,咬一口,面皮薄而软,面皮内侧已经被丰盈的汁水浸染成浅褐色,肉馅不与面皮粘连,像一个肉丸。肉馅细腻紧实,尝得出猪肉本身的香味;香菇碎有些弹牙,增加了咀嚼时的颗粒感,猪肉的甜与香菇的鲜,一击而发。

芹菜肉馅饺子薄皮中透着

青翠。芹菜的粗纤维化解了猪肉的香腻,多了一丝清甜,入口“吱吱吱”。

水月饺子馆的来客,大都一口一个,有的不蘸醋,有的剥上几瓣蒜,各有滋味,吃得酣畅淋漓。

### 历久弥香

水月饺子馆开业之初,有猪肉大葱、素三鲜、茴香肉、韭菜肉等16种饺子,34年来几乎没有变化,味道始终如一,历久弥香。店内的装潢也几乎没有改动,几张木桌,一用就是几十年。

34年中,姚彦飞摸索出了饺子馅与皮的最佳配比,每种馅料中,肉与菜的比例各不相同,每种饺子的面剂子的克重,都有严格的标准。比如豆角肉馅的饺子,面剂子应该为12克,这样包出的饺子馅大皮薄,各个相同。

对人工的要求几近于机器,是姚彦飞始终坚守的准则。拿来包饺子皮的面粉,也是姚彦飞对比之后,选了3种面粉按照一定比例调制而成的。

姚彦飞的饺子馆,一天要煮1000多只饺子,往来的食客几乎都是周边的居民。大家太熟悉水月饺子馆的味道,这番滋味已经在漫长的岁月中,与家、与回忆融为一体。

店址:运河区新华西路与水月寺街交口处北行150米路西



韭菜鸡蛋馅料



素三鲜饺子



芹菜猪肉饺子



## 丝瓜蛋汤

齐颖



丝瓜蛋汤你喝过吗?今天教你一个简单的做法,汤色奶白,味道鲜美,营养丰富,喜欢的朋友一定要试试。

### 用料:

丝瓜1根,鸡蛋5个,清水、开水各200毫升,姜丝、葱花、食用油、食盐适量,胡椒粉、鸡精、香菜、枸杞少许。

### 制作过程:

**第一步:**削去丝瓜的外皮,切成小滚刀块,盛到一个大碗中,加入清水和食盐,浸泡待用。

**第二步:**热锅里放入适量的食用油,把鸡蛋打入锅中,小火慢煎至金黄,熟透后倒在菜板上进行改刀,切成小方块。

**第三步:**锅中放入少许食用油,加入姜丝、葱花爆香,再放入丝瓜块翻炒至断生。

**第四步:**锅中倒入煎好的鸡蛋,加入开水,开大火炖煮3分钟。

**第五步:**丝瓜汤中放入适量的盐、胡椒粉和鸡精,撒上香菜和枸杞。鲜香味美的丝瓜蛋汤就做好啦。



## 火锅大公鸡

军旅:新鲜的大公鸡,肉质紧实;秘制的汤底,麻辣过瘾。锅里还可以涮血豆腐、粉条、时令蔬菜等各种食材。这些食材都是当天购买的,保证新鲜。

地址:运河区正达广场南侧朝阳西路东头



## 洋马儿火锅

愿望年代记:九宫格火锅麻辣浓香,每一样食材涮入其中都很入味。店里的很多食材都是从重庆空运过来的,还原了重庆火锅的味道。装修风格很有特色。

地址:运河区小王庄镇小金庄125号

