

“食刻”有礼

2月27日“食刻有礼”获奖名单

本期奖品:10份彩麦面,由英娘娘彩麦文化馆提供

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)



- | | |
|-------------|-------------|
| 136****6045 | 151****3266 |
| 133****8988 | 136****8456 |
| 182****2314 | 158****1158 |
| 183****3776 | 131****6126 |
| 152****8175 | 139****1928 |

以上10位读者各获喜小妮低卡餐厅提供的鲜椒牛肉酱一瓶。接到通知后,凭手机号码到店里领取。

领取地址:运河区御景街与解放西路辅路交叉口西南200米



英娘娘彩麦文化馆——

彩麦面条:不浑汤,不断条

本报记者 杨柳 摄影报道



刘英想让更多人尝到美味的彩麦

小麦,是我们耳熟能详的农作物,那么,你见过彩色的小麦吗?在沧州市南川楼街区,有一家英娘娘彩麦文化馆。在这里,彩麦不仅被磨制成面粉,还化身营养挂面、营养保健饺子等美食走上餐桌,为市民带来别样的乡村美味。

好吃又健康的彩麦

每到收获的季节,来到南皮县冯家口镇李皇亲村,都能看到大片大片的金色麦田,微风吹过,麦浪习习,非常好看。

与普通小麦不同的是,这里长出的小麦,麦粒竟有淡绿色、紫色、琥珀色、宝石蓝色等多种颜色。英娘娘彩麦文化馆的创始人刘英告诉记者,南皮县是彩麦种植大县,这里种出的彩麦颜色丰富,口感独特,营养价值高。

或许你要问,彩麦比普通小麦好在哪?经农业部农产品质量监督检验测试中心检测,彩麦富含蛋白质以及锌、铁、硒、钙、碘等微量元素,18种氨基酸含量比普通小麦高76.9%,能够抗血凝、抗氧化、利小便、养肝气,具有一定的药

用价值。

特别一提的是,彩麦所富含的碘元素,是普通小麦中所没有的。

“彩麦是我们南皮县的宝贝,我想让更多人尝到它的美味。”带着这个念头,刘英在南川楼街区开了这家英娘娘彩麦文化馆。一楼是彩麦展厅,售卖彩麦制成的面粉、挂面等特色农产品;二楼的英娘娘面馆则能让大家品尝到彩麦面条、彩



营养美味的彩麦面



牛肉彩麦面



彩麦馒头

麦饺子等美味。

吃得饱还要吃得好

淡绿色小麦和紫色小麦是面馆中最常用的彩麦,绿色小麦口感筋道爽滑,紫色小麦富含花青素,是适口性最好的两个彩麦品种。

英娘娘面馆的彩麦面有“三不”——“不浑汤,不断条,不坨”。

“不浑汤”是因为在和面时严格按照一斤面、四两水的黄金比例,不加盐、碱,所以煮面的面汤清亮微甜,不会发浑。和好的面团,要用轧面机轧上七八遍,才能轧出彩麦面条。经过反复的轧制,彩麦面筋道有弹性,这样才能做到“不断条”。“不坨”则是因为彩麦面属于强筋面粉,蛋白质含量丰富,轧出的面条比普通面条更加富有韧性。即使是中午煮的面条,放到晚上也不会坨。

牛肉彩麦面和猪脚彩麦面是店内点单率高的两款菜品,除了彩麦的独特口感,好的食材更是吸引回头客的关键。

刘英告诉记者,英娘娘品牌在全国有9个农场,包含种植、养殖等多个方面,所以店内所用的牛肉、猪脚、青菜等食材,全部来源于自己的农场,能够做到食材透明,让顾客吃得放心。

“一碗彩麦面,不仅能饱腹,更能吃出健康。我想把彩麦端上千家万户的餐桌,让大家都尝尝来自我家乡的美味。”带着梦想,刘英又忙碌起来。

店址:运河区南川楼1号楼B7座



话梅小番茄

王莉丽



话梅小番茄酸甜可口,生津开胃,是一道非常受家人喜爱的菜。今天把做法分享给大家。

原料:

小番茄、话梅、白醋、白糖。

制作过程:

第一步:小番茄洗净去蒂,在蒂处切浅浅的十字刀,放入沸水锅里烫几秒后捞出。

第二步:在等待小番茄冷却的过程中,烧半锅水,待水烧开后加入6颗话梅,中火煮两分钟左右,让话梅的味道完全释放出来。

第三步:根据个人口味加入白糖,煮至完全融化,关火,倒入少量白醋,搅拌均匀。

第四步:小番茄微凉后,剥皮。倒入熬好的话梅水,晾凉后装入干净的容器,放入冰箱冷藏一夜。美味的话梅番茄就做好啦。



杨记潮汕粉面世家

愿望年代记:牛杂面汤鲜美,色泽清亮,牛筋丸弹嫩爽滑,很有嚼劲。在家附近就能吃到潮汕特色,值得去试试。

地址:新华区千童南大道百川路西南角



家佳乐土豆粉

风轻云淡:香菇丸土豆粉是我的最爱,土豆粉Q弹有嚼劲,汤底浓香味美,再加上一点麻油和香醋,吃上一口真是过瘾。

地址:运河区光荣路隆泰商务酒店西侧