

## “食刻”有礼

本期奖品:10份江湖鸡架,由辣三壬麻辣铺子提供。  
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)



## 8月13日“食刻有礼”获奖名单

|             |             |
|-------------|-------------|
| 139****9201 | 131****9525 |
| 189****8368 | 156****8812 |
| 199****0768 | 151****3266 |
| 137****5947 | 183****3776 |
| 158****5106 | 131****8008 |

以上10位读者各获由铁赢焖饼烩饼提供的火锅鸡焖饼1份。接到通知后,凭手机号码到店里领取。  
领取地址:新华区清池南大道24—17号

## 吃客 辣三壬麻辣铺子—— 麻辣鲜香的“冷吃”

本报记者 杨柳 实习生 魏子婕 摄影报道



麻辣冷吃,美味加倍

要选牛里脊肉,牛里脊肉口感嫩滑,是最适合“冷吃”的部位。还有店里非常受客人欢迎的魔芋粉和贡菜,都是来自长沙的特产,送到店内再进行发泡,是地道地道的长沙味道。

### 甜、辣、麻

后厨,忙碌的工作人员正在制作今日要出品的江湖鸡架,这是店里每天的爆单王。  
甜、辣、麻,这是客人对江湖鸡架的评价。新鲜的鸡架清洗干净,裹满秘制的腌料。9种到12种不同的辣椒再加上麻椒、白芷、草果等多种配料配制

而成的秘制腌料,让鸡架变得十分诱人。

江湖鸡架先腌后炒,炒也十分讲究方法。不同的调味料放入锅内,分别炒制7分钟、11分钟、3分钟,这是炒制江湖鸡架的“秘籍”。

炒熟的江湖鸡架,便可直接送入冰箱内低温锁鲜。冷藏后的鸡架,肉质滑嫩微甜,麻辣鲜香,吃上一口,舌尖立刻被这麻辣的口感俘获,忍不住大快朵颐起来。

除了江湖鸡架,店内的20多种品类,均可以冷吃。吕慧杰将它们制作完成后进行低温锁鲜,再分别进行真空包装,这样不仅增加了储存时间,而且开袋即食,十分方便。许多客人外出游玩时,都会来店里买上几包,方便在路上随时解馋。

吕慧杰说,麻辣冷吃对于沧州人来说是一个新鲜的美食品类,她希望通过辣三壬这家店,让更多人尝到这份与众不同的美味。



江湖鸡架



销魂魔芋



各式各样的麻辣冷吃

无辣不欢,体现着美食爱好者对生活的热爱。在运河区吾悦广场步行街2楼,有一家新湘式麻辣冷吃店——辣三壬,他们家的江湖鸡架、牙签牛肉、皇家贡菜等菜品,色泽红润油亮,味道麻辣鲜香,而且开袋即食,十分方便。

吕慧杰是辣三壬的老板娘,她与麻辣冷吃的结缘十分偶然。当时,她去长沙旅游,无意间尝到了当地的美食——冷吃牛肉,爱吃辣的她一下子就被吸引了。回到家后,对麻辣冷吃念念不忘的她,多次通过网络购物平台进行购买。不光自己吃,她还分享给亲朋好友,大家都十分爱吃。看到大家对这份美味都这么认可,吕慧杰萌生了自己开一家店的念头。

说干就干,她组建团队直奔长沙,学习制作工艺,将这份

来自长沙的美味带回了沧州。

### “冷吃”对食材要求更高

开店后,吕慧杰收得最多的快递,就是来自长沙的辣椒。辣椒粉、辣椒酱、干辣椒……不同的辣椒辣度、香味和口感均不相同。“你看,这是辣椒加工时候的视频,都是供应商备货的时候发给我们的,保证安全和卫生。”视频里,各样的辣椒在搅拌机里混合,变成了红彤彤的辣椒粉,隔着屏幕,仿佛都能闻到那辣椒的香气。

“冷吃”对食材的新鲜度要求很高,所以店里的肉类都是吕慧杰在本地跑了很多家供应商,一家一家对比选出来的。鸡架要选鲜鸡架,还要选个大肉多的,这样的吃起来口感才更好。牛肉

## 教你做

### 干锅虾 张金元



干锅虾做法简单,香辣酥脆,全家人都喜欢吃。感兴趣的朋友也来试一试吧。

#### 原料:

虾、青椒、红椒、洋葱、大葱、姜、芹菜、土豆、香菜、干锅底料。

#### 制作过程:

第一步:虾去掉虾线,剪去虾须和虾脚,清洗干净备用。土豆去皮洗净后切成粗条,芹菜切段,洋葱切丝,备用。

第二步:热锅倒油,放入大虾,中小火翻炒,将虾炒熟,盛出备用。再加少许油,放入土豆条,中小火将土豆炒熟后盛出。

第三步:锅里留少许底油,放入葱和蒜,小火炒出香味。再放入两勺干锅底料,炒出香味。

第四步:接下来放入炒熟的虾、土豆、芹菜段等,大火炒至8分熟。

第五步:再加入洋葱,大火炒至断生。最后撒些熟芝麻、香菜和葱段,炒匀即可。

### 扫码看 料更多

跟随记者的镜头,一起看看美味的麻辣冷吃是怎样制作出来的。



店址:沧州市运河区吾悦广场步行街2楼



### 巧不理

愿望年代记:一家火锅鸡、烤猪蹄、烧烤齐全的店,鲜嫩多汁的猪蹄软烂脱骨,装修风格也很别致。

地址:运河区泰合星耀城广场底商



### 七八冷面

随缘:这家店的菜品量大实惠,吃起来十分过瘾。大冷面酸甜可口,石锅拌饭量大实惠,很适合家庭聚餐。

地址:运河区吾悦广场四楼

## 搜食尚