

## “食刻”有礼

## 10月29日“食刻有礼”获奖名单

本期奖品:10份酸菜鱼,由渝乡辣婆婆水煮鱼提供。

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)



199****6069	133****4224
187****4557	136****6525
182****7237	177****7020
186****8765	156****7378
151****6969	155****5355

以上10位读者各获由荷富贵海鲜集市火锅提供的双人餐1份。接到通知后,凭手机号码到店里领取。

领取地址:运河区理享山28号院内

# 吃客 渝乡辣婆婆水煮鱼—— 够香 够辣 够麻

本报记者 杨柳 摄影报道



麻辣鲜香的水煮鱼

川菜,历来是味蕾的盛宴,它麻辣鲜香的风味,让人一试难忘。红油翻滚间,川味之魂尽显,辣而不燥,麻而有度,便是川菜的特色。

提到川菜,便一定会想到水煮鱼。鱼肉嫩滑,汤红油亮,辣中带麻,麻中透鲜,每一片鱼肉都吸饱了汤汁的精华。品尝过这道美味的食客,无一不被吸引。

在运河区浮阳北大道上,有一家开了21年的川菜馆——渝乡辣婆婆水煮鱼。刚走到店门口,便被扑面而来的香气所吸引,这是辣椒和花椒混合而成的味道,吸引着无数食客前来探寻这麻辣鲜香的奇妙滋味。

在20多年前,渝乡辣婆婆是沧州第一家做水煮鱼的川

菜店。老板李慧卿从2003年开始经营这家店,这一干就是21年。

李慧卿说:“我以前一口鱼都不吃,当年是我公公去石家庄探亲,吃到了渝乡辣婆婆的水煮鱼,回来告诉我们特别好。后来我就也去了趟石家庄,尝尝这传说中的水煮鱼到底是什么味?”李慧卿尝到第一口水煮鱼的时候,就被这又麻又辣的味道惊艳了。她决定把这份美味带回沧州,让大家伙也尝尝。

### 水煮鱼 辣而不燥 麻而不苦

草鱼和黑鱼是最适合做水煮鱼的种类。李慧卿为了保证

鱼肉的鲜嫩,坚持用活鱼制作这份美味。

每天早上,鲜活的鱼儿们就被送到了店里,草鱼肉质香嫩爽滑,黑鱼肉厚刺少、营养价值高,客人们各有偏爱。

处理好的鱼肉盛在盆中,厨师将热油快速泼到鱼肉上,“滋啦”一声,香味扑鼻而来,超200摄氏度的油温彻底激发了辣椒和花椒的香气。辣椒在热油中翻滚跳跃,色泽也变得更加鲜亮,鲜嫩的鱼肉浸满了热辣鲜香,十分诱人。

说话间,鱼上桌了。红油翻滚,热气腾腾,浓郁的香气扑面而来,瞬间点燃味蕾的渴望。

大片鱼肉,洁白如雪,在红亮的热油中微微颤动。鱼肉的鲜嫩与香辣的调料完美融合,每一口都带来极致的满足感。

盆底的配菜也毫不逊色,爽脆的豆芽在热辣的汤汁中尽情吸收着味道,与鱼肉相互映衬,共同构成了这道美味的水煮鱼。

酸菜鱼先喝汤再吃鱼

酸中带咸,咸中带鲜的酸菜鱼,是渝乡辣婆婆店内的另一道招牌菜。

天气微寒,来上一份热乎乎的水煮鱼,最合适不过了。不过,别着急动筷子,不妨先把勺子伸向那金汤。这汤,是酸菜鱼的灵魂所在。浓郁的酸汤,带着酸菜的爽脆和鱼骨熬出的鲜香,味蕾瞬间被激活。一碗汤下肚,心暖了,胃口也彻底被打开了。

喝完汤再吃鱼肉,这鱼片嫩滑得仿佛在舌尖上跳舞,每一丝纹理都浸满了汤汁的醇厚,滋味美哉。

店内除了水煮鱼和酸菜鱼这两道“看家菜”,还有几十道经典的川菜,辣椒里找肉吃的辣子鸡、香而不腻的毛血旺、鲜辣诱人的干锅鸭头……每一道都十分美味。李慧卿说,渝乡辣婆婆这家店开了21年,她与许多顾客成为了朋友。这一道道美味的川菜,是她对顾客们的诚意。

店址:运河区浮阳北大道铁园新村东门底商

## 教你做

### 鱼香肉丝 青青



鱼香肉丝这道菜荤素搭配、老少皆宜,今天我把做法分享给大家,感兴趣的朋友可以试一试。

#### 原料:

猪里脊、黑木耳、胡萝卜、莴笋、豆瓣酱、泡椒酱、大葱、生姜、蒜、白糖、醋、料酒、生抽、盐、鸡精、淀粉。

#### 制作过程:

第一步:将猪里脊、黑木耳、胡萝卜和莴笋分别切丝,备用。

第二步:碗内放入猪里脊丝,倒入适量料酒、盐和淀粉,抓匀后腌制15分钟。

第三步:碗内放入白糖、醋、生抽、淀粉,加少量水搅拌均匀,制成鱼香汁,备用。

第四步:锅中倒油,油热后放入黑木耳丝、胡萝卜丝、莴笋丝翻炒至断生,盛出备用。

第五步:锅中再倒少许油,放入腌制好的肉丝炒至变色,加入豆瓣酱、泡椒酱、葱末、姜末、蒜末炒出红油和香味。

第六步:把炒过的蔬菜丝倒入锅中,与肉丝一起翻炒均匀,然后倒入调好的鱼香汁,快速翻炒,让肉丝和蔬菜丝都裹上鱼香汁。汤汁变浓稠后,加入适量鸡精调味就可以出锅了。



### 天津老城烧饼

怡然:这家店的烧饼种类多到眼花缭乱,不仅有经典的麻酱烧饼、油酥烧饼,还有蓝莓馅烧饼、紫薯巧克力馅烧饼等。烧饼的个头不大,但满满的馅料,酥皮香脆,馅料鲜美。

地址:沧州市运河区光荣路十三中对面



### 串云烟火青花椒烤鱼

愿望年代记:活鱼现烤,新鲜又好吃,尤其是烤焦的嫩鱼皮,脆中带着韧劲,特别下饭。

地址:运河区青山社区北面底商

## 搜食尚