

虞成刚： 苏堤边上的 美味情缘

苏堤边上的精致餐厅西厢记,经营的是上海菜和杭帮菜。时尚的厨师虞成刚让我想起《魔幻厨房》里穿着大厨围裙做得一手好菜的小言同学。虽然我们这次请的这位厨师长得没有小言帅,但是人家可不像小言同学的花拳绣腿,可是有真功夫的呢。

虞大厨是少见的时尚,笔笔式的黑框眼镜,白色的T恤,军绿色的七分裤,干净舒适。听老板娘说他很喜欢看一些时尚杂志,每个月都要花掉两百多块钱买杂志,什么《时尚先生》、《男人装》都是他的必看。

看多了这些花花绿绿的东西,大厨的感觉似乎也小资起来,就连做菜也不例外。虞成刚经常会自创一些菜肴,比如西厢记的老招牌菜“盐焗蜗牛”入口难忘;新推出的蜂蜜烤南瓜色泽鲜亮,香气扑鼻,味道更是甜美可口。还有具有美容功效的牛腩西红柿煲更是充满了小资情调的私房菜。今天我们就来介绍一下适合夏天品味的牛腩西红柿煲。

这道菜,咸鲜中带着些许番茄的淡淡酸味,牛腩入口即化,后味还带着那么一点微辣,口味的层次感是相当丰富。最重要的是番茄有大量的维生素c,具有良好的晒后修复作用哦!



牛腩西红柿煲

原料：

牛腩(2斤)、西红柿(2-3个)、黑木耳(少许)

辅料：

番茄沙司、生姜、葱

做法：

1、将牛腩切成5-6cm见方的块,放入清水中,待水滚起之后将牛腩捞起用冷水冲干净。生姜切块

后用刀背将其敲扁待用。

2、起锅,再锅烧热以后放入植物油(1辆左右),倒入西红柿块,番茄沙司400g,煸炒后倒入牛腩、敲扁的生姜块、葱结一个,加入大概1kg左右的水。根据各人口味的不同,来调节炖牛腩的时间,一般用中火炖一个小时左右。不喜欢吃得太酥软的人可以少炖些时间。

3、起新锅,放入少许红油(辣椒油),将西红柿切成差不多1cm见方的大小,黑木耳用手撕成小

块,加入番茄沙司(50g),入锅煸炒。放入已经炖烂备用的牛腩,加入少量水(50g左右),滚3-5分钟。

4、最后就是装盘啦,你可以选一套闪亮可爱的金丝边透明小碗,玲珑剔透的底盘更显精致。最作的就是那只小小的金属调羹,每次都只能舀起一点点牛腩,慢条斯理的动作让一切变得更加和谐,颇有那么一点情调。

竹香豉汁排骨 形式比内容 更重要

胖星儿

这两天看新闻,说有个叫“波丽宝”的丰胸口服液其实一点用也没有,那广告也都是编出来的剧。那广告我看过,演得真是以假乱真:一堆女的说自己老公如何嫌弃自己平胸,然后用了波丽宝便立杆见影,老公于是更爱自己了。

每次看这个我就笑。我相信,真的被说动买药的应该多是没老公的。有了老公的女人心里一定明镜似的:真让男人神魂颠倒的绝不是女人的胸部。记得好多年前有次和N个男士聊天时,谈起女人的哪个部分最打动男人。让我惊讶的是,居然没有人说胸部。当然,也不排除有个别人口是心非。

印象最深的是一个男士说,最让他五迷三道的是女人的足踝:清瘦得已是一根清晰筋骨的足踝,还他总是浮想联翩。还有一个男士讲,最迷恋的是女人的后颈,那后颈骨按捺不住却又若隐若现地微微露起会让他冲动得想探手去抚摩安慰。

无论足踝还是后颈,其实都是非生理性感的部分,拿、捏不成,可是倒却让男人心旌摇曳。后来年纪大了,见识多了才明白,男人的足踝情节其实和对奢侈品的钟爱一样:在意的不是实用性,而是那份难得的观赏性——看着它比用着它更让人喜欢。

人们的这种奢侈情怀在生活里比比皆是。比如小钻,看到竹香豉汁排骨时,那份愉悦的目光是冲着那

当作盛器的小蒸笼和那其实并不决定排骨味道好坏的竹叶上:真是精致啊!而对于味道压倒一切的主角排骨和豆豉,却是习以为常地就那么吃掉了,没有一点特别的赞许和感恩。

也是,这道菜要是没了蒸笼和竹叶,就会黯然失色很多。可是,如果跟本没有排骨,岂非更糟?但是没有办法,最抢风头的总是那些锦上添花的东西。所以,做每一道菜,要想让人过目不忘,一定要在那些形而上学的摆设和配料上用点心思。

原料:排骨、豆豉
调料:蒜两瓣,油、糖、酱油、料酒、淀粉、水或肉汤。

最佳配料:竹叶(荷叶也不错),蒸笼(其实放碗里蒸味道也差不多)

要点：

排骨要切得小点,事先在淀粉水里泡20分钟可以去除血水,然后洗净,擦干水分。

蒜拍碎切成小粒,锅烧热,倒入两勺油,油温后放入蒜小火炒至金黄,捞出蒜粒,油备用。

豆豉拍拍,将排骨、豆豉放入碗中,根据口味加糖、生抽、料酒、盐,还有半小勺淀粉,一点肉汤或者清水,我还加了半勺蚝油。喜欢哦,没办法。用手按摩排骨,让其均匀沾上味汁,然后倒入炒过蒜的油拌匀,盖好盖放入冰箱腌半小时。

蒸笼上垫上竹叶,把排骨平铺上面,连着汤汁和豆豉都浇到排骨上。

开锅后,放入蒸笼蒸20到30分钟,总之熟了就好了。

