



辣不怕 怕辣以及怕不辣

文并摄 / 徐秀琴 徐晓岚

不知道从什么时候开始,杭州人的口味越来越重,很多人开始对川菜湘菜情有独钟。逐渐地,吃辣已经不分季节,大汗淋漓的天气也不乏满座的辣味餐馆。四处可见的吃辣的餐厅也越来越多。吃辣的年轻群体占多数,川菜馆的老板分析说,“现代人压力大,在口味上越来越追求刺激,其实也是种精神上的放松。”

最近天气稍稍有点凉,身边的朋友就开始寻找那些有点辛辣口味的食物。川菜还是湘菜?想着法换着吃辣,刺激着味蕾,得到某种快感。去餐馆无外乎点上水煮鱼、香辣小龙虾等等,吃得连叫嘻哈才算过瘾。吃辣的,喝冰冻的,冷热夹攻,五内俱焚。眩晕里还说着似是而非的话,仿佛换了一个人。辣的世界里,不会麻木,不会无趣,身边不少人还成了嗜辣成瘾的神仙。

●贴士

吃辣的对与错

吃辣椒可以减肥(×)

专家指出,所谓的“辣椒减肥”没有科学根据。辣椒能让人皮肤发红、发热,起到加快局部代谢率的作用,但是这样的效果并不能持续两次以上。因此,自然也达不到减肥的效果。

提高免疫功能(√)

适当吃辣,可以促进体内胶原蛋白的合成,防止毛细血管破裂,提高肌体的免疫能力。

延缓衰老(√)

辛辣食物能增进脑细胞的活性,有延缓衰老的功效,可减慢功能退化,保护皮肤。

吃辣椒有益肠胃(×)

不少人认为吃辣可以开胃。其实,过度食用辣椒会破坏神经末梢的感觉,久而久之让胃受到伤害。

预防动脉硬化(√)

一根红辣椒就是一只强力的抗氧化剂,可以对付低密度胆固醇被氧化成有害的型态。

哪里的辣味馆最受欢迎

吃辣还是很有内容的,光是吃法上就有很多,干锅、火锅、炒菜。而事实上辣椒本身就有很大的学问,什么干辣、鲜辣、酸辣,光这些品种就搞得人“头昏”。干椒、泡椒、小尖椒、小米椒……每种都有不同的口味,适合配不同的菜。问了吃辣成痴的食客们喜欢去的地方,无外乎老牌的辣味餐馆,当然还有很多藏匿于巷子里的不起眼的小饭店。

味。选锅底的时候我们不禁吓了一跳,鸳鸯锅12元,除了上学时学校的食堂,还没见过这么便宜的锅底。特别要提的还有这里的配菜,天然新鲜,价格实惠分量足。经理很自豪地说都是专门从重庆运来的,绝对不添加任何化学物质。

人均消费:15元

地址:香积寺路225号九洲大药房背后

老地方香辣馆

他家的川菜,虽然经过本地化,口味还是比较重。麻辣鱼一直保持水准。环境比较一般,人多的时候很热闹。服务生的态度很个性,管你是什么人物,绝对不买账,很多浙大的学生会在这里吃饭。

人均消费:30元

地址:浙大玉泉青芝坞

刘家香辣馆

吃香喝辣的一定记得刘家香!老牌子的川菜,改良过的辣味更加适合杭州人。各家分店水准不一,招牌茄子加了南乳的,味道比较厚实。子是切成丁的,有点红楼梦里刘姥姥吃的茄子的样子。干锅手撕鸡也很好吃,很入味。过总体来说口味还是不错的,似乎比纯川味的川菜更适合杭州人的口味。

人均消费:50元

地址:延安路508号(百井坊巷99号)

太阳花水煮鱼

据说是杭州最好的水煮鱼。分量巨大,盛菜的鱼缸端上来就让人惊呆了;鱼片鲜嫩,入口就让你爱上它的味道。别的小菜也很有特色,入味好吃。环境很有特色,价格也比较公道。所以虽然门面很小,但并不能阻挡人群的涌入,人多的时候难免比较吵。

人均消费:50元

地址:文三西路147号



●吃辣者说

“老干妈”辣酱是最爱

小叉,女,24岁,在读研究生

吃饭离不了“老干妈”辣酱,出去吃饭必定是要辣味餐馆,一天不吃辣就浑身不舒服。小叉是衢州人,一到吃饭时间就四处找辣味馆,点菜一定会喊老板“不够辣啊,加点好不好?”身边的朋友都已经习惯她,“由她去吧,吃饭要给她专门开小灶的,点辣的都给她吃。”小叉说从小到大吃辣,因为妈妈烧菜都做得很辣,于是就养成了只要菜里没有辣椒就吃不下饭的习惯。住校的时候非常不习惯没有辣椒吃,于是她就到超市买“老干妈”,每次吃饭都会倒辣椒到菜上面。

最爱的菜:酸菜鱼、水煮鱼、毛血旺

全身冒汗才觉得爽

航宇,男,26,建筑设计

自称每个菜都要放辣,最喜欢痛快淋漓的感觉。航宇总是很怀念大学时候和同学成群结队地跑去吃辣,一伙人还要比赛谁吃的比较辣。“我对辣没有苛刻的追求,也就一般的喜欢吧,没有的话也死不了。”他说,“不过如果去的特色辣店结果不够辣,会有失落感。”航宇一直念叨自己很想吃青芝坞,“不是喜欢那里的菜,而是每次踢球踢完了可以在那聚餐。很多朋友都很喜欢吃辣,边喝啤

酒边吃辣太爽了。一帮人在吹吹牛谈谈赛事,真是美好的回忆。”他说吃辣的时候会让说不出口的烦恼都顺着毛孔和辣椒一起排放到空气中去。

吃辣最爱去的地方:青芝坞

吃辣吃出感情来

何亮,22岁,浙江大学学生

记者在麻辣火锅店撞见一对小情侣,特别从文一路跑到这里吃重庆火锅的。“自从巴将军火锅搬到这里,我们还是愿意赶过来吃,原先在浙大附近吃出了感情。小学时候起就对辣椒情有独钟,麻辣火锅更是我的至爱,以至于每每次肚饿时都会想起咕咚咕咚冒红油泡泡的火锅,尤其钟爱里面的牛肚和鸭肠,麻、辣、鲜、香非常入味。边吃火锅边喝冰水更是爽。”

约上一两个知己,坐在热气腾腾的火锅旁边,红汤的浓辣,清汤的鲜美,锅中香醇的青烟弥漫开来,几个人的目光交汇在锅中,动起来的除了胃,还有话匣子。大声说话,大声笑,大口喝啤酒,各式的美味,各式的情感汇聚成温情的火锅。“我们吃得最多的还是老字号火锅,价格便宜又好吃,算得上平民化火锅了。据说麻辣可以帮助减肥,而且含丰富的维生素C。幸好我的胃够强悍,麻辣火锅永远是我的最爱。”

最爱的辣味:麻辣火锅

沸腾鱼乡

很正点的川菜馆,菜做得地道,吃着过瘾,麻中带辣,很是够劲。水煮鱼是那儿的必点菜,鱼肉很嫩,一口吃去麻辣的让你仿佛有一种飘飘荡荡的眩晕。沸腾鱼乡的招牌饮料酸梅汁,是解辣的饮料,正当麻辣之时喝一口酸梅汁就会爽快很多。馋嘴蛙也是这里的特色,红红的辣椒油里只只饱满的牛蛙,肉很鲜嫩,虽然辣味很重但仍然可以吃出肉质的鲜美。

人均消费:50元

地址:吴山广场延安南路18号

干锅居

不能说干锅居的菜很贵,但稍微做了些改变反而更适合杭州百姓。喜欢干锅居,是恋上了那种辣中带酸,酸中有辣的滋味。干锅居最出名的是苗家干锅鸡,分量足,辣汁入味,尤其是随着锅越来越热,藏在下面的肉变得外焦里嫩,再加上浸泡在锅底的辣汁里,吃起来味道十足,入口一股辣汁溢出,伴着肉香弥散在嘴里。

人均消费:40元

地址:(河坊店)高银街149号

巴将军渝派火锅

和朋友找这家餐厅的时候,老远就闻到浓浓的香辣