

探蟹踪，寻蟹店

文 / 本报记者 徐秀霁 摄 / 姚志伟

螃蟹哪里都能吃，关键是要寻对地方，吃到别的地方找不到的好东西。很多朋友特地驱车赶往苏州吃蟹，那架势好比是此时不吃更待何时。大老远的就为了吃上几只正宗的大螃蟹，去到太湖边上或者是阳澄湖一带，点上螃蟹开吃，满载一肚子鲜味才觉得不虚此行。但是知道行情的人会告诉你，其实那湖边正宗的螃蟹早被人挑了去，你还不不如就地找家好蟹店直接吃上。

寻找最家常的螃蟹

【外婆家】

吃家常菜的饭店很多很多，像外婆家那样的环境通常人们都愿意去吃个便饭，又不失面子。这次外婆家又开出了升级版新店了，名字叫“指福门”。杭报店已经开始试营业，光从装修风格上来说，就很有突破，是欧洲复古的风格，大厅犹如中世纪的大教堂，有点罗马皇家的风范，从一头望到另一头完全可以用气派和通透来形容。

外婆家对于指福门的价格定位是，在外婆家门店的人均消费额的基础上提升 20%。而菜式比外婆家门店要更上一个台阶，就比如这蟹，你能在这吃到厨师新做的家常烧法的家烧蟹等等。外婆家的宗旨是用上好的环境做出最家常的味道，所以来这吃绝对符合你最家常的口味。人均消费大致在 55 元左右。

最朴实的味道，家烧蟹

螃蟹最朴实的味道就在于保持它的原汁原味。三门青蟹到了这个时候也是最为丰美的时候，家烧蟹是许多饭店新推出的做法，有的地方是用上好的土豆粉丝做，加上生姜、大白菜等等一些不起眼的佐料，可是融合在一起就会让你觉得朴实里有真味道。

这菜做得好与坏的区别就在那汤汁里。外婆家的家烧蟹有点特别，当然蟹必须是上好和新鲜的，把蟹壳夹裂以后烧，味道都进去了。而且这里的家烧蟹用的生姜是切成大块的丁，整整一盆的生姜和螃蟹，端上来时初看会以为那是土豆丁，尝了才发现这的厨师用了如此雄厚的生姜，汤汁也因此特别浓郁，绝对是家烧蟹里的上品。

最特别的蟹宴

【玉玲珑】

如果说玉玲珑给人的印象一直是精致餐厅的典范，那我倒觉得这是一家用心做菜的饭店，老板娘会为了采购到更好的原料，到处踩点，执着地注重于原料的选购，让人很钦佩。

在这吃蟹你能吃到最特别的做法，从蟹肉滑蛋、蟹肉芥菜羹、蟹肉酿翅盖到蟹肉菜饭，每一样都很新奇。光是蟹肉酿翅盖那小小的一份就花足了心思，据老板娘说是新鲜的虾仁、蟹肉、蟹黄加上点西芹用棒敲打出来的，就像贡丸那样上了劲，再包上金钩翅，整个菜是小小一块，但精华全在其中。因为成本颇高，这一份要 128 元。老板娘自己就最爱吃这个，不过真要上了这道菜别的菜也就别上了，它的浓郁而鲜美，把很多菜都比下去了。老板娘总是和厨师说做菜要上心，所以这里的蟹宴绝对是别地方效仿不来的。

蟹盖做西餐，浓郁的味道

看过很多蟹盖的做法，无外乎往盖子里填上各种美味，烹饪一下，煎也好炸也好，总之这本要扔掉的盖子，这回香酥无比，起到了无可替代的作用。但是万万没想到还可以用来做西餐，玉玲珑的主厨在大闸蟹盖里头放的可是名贵的松茸菌，加上各种配料，放上浓浓的芝士，再浇上打



家烧蟹



蟹粉灌汤包



纸包蟹粉豆腐

过的蛋清汁，放进烤箱不出 2 分钟，出来的是那浓厚浓厚的鲜甜味。拨开上头用来覆盖的蛋清，下面是滋润滋润的白色芝士夹带着丝丝清晰的蟹肉以及配料，咬一口是浓浓的芝士味道。这菜叫做野山菌焗蟹盖。

蟹肉菜饭，主食也能吃得鲜

反正我是从没吃过这么好吃的菜饭，即使肚子已经撑了，在这个菜饭面前我依然抵挡不住诱惑。吃这饭，在我想来，该是吃了很多道家小菜后，这时候上来就显得更加不凡。用的是煲仔的锅，饭香里夹带点猪油香，青菜刚好熟透却依然碧绿的，上来后把蟹肉熬成的汁倒在饭上。真是佩服想出这样做法的大厨，把最简单的东西，一下子变得与众不同。要我评判，我什么大闸蟹都不要吃了，就给我这碗饭足够。

还是想吃一只原汁原味的大闸蟹

【凯悦酒店】

每到秋天，大家就开始讨论如何吃蟹，从冻花蟹到香辣蟹，从泰国的咖喱蟹到日本的螃蟹刺身，但是这些都红不过大闸蟹，而大闸蟹最经典的吃法莫过于清蒸，惟独这样的方法才显出蟹的甘美丰腴。

凯悦湖滨 28 餐厅还是遵循了越简单越经典的原则，什么蟹菜都不推，光光只为你准备了一只只最传统最实在的大闸蟹。

(下转 C05 版)



谁肯为我洗手做羹汤

做菜的开心，源于看见品尝者的满足。从小娇生惯养的我，不会做饭。婚后为了他，情愿转菜场，系上围裙，围着炉火，做些家常小菜。几次忙碌之后，我终于忍受不了满身的油烟味，买回一台格兰仕微波炉，她时尚大方，最重要的是她简单易用，而且能做出美味的饭菜。

我做得最拿手的菜，就是果味猪排，大家有兴趣的不妨对照试试看：原料：猪里脊肉，苹果，洋葱，番茄，蒜。

做法：1.将里脊肉切成数块。2.调制调料：酱油 2 汤匙，精盐少许，胡椒粉少许，红酒 2 汤匙，辣椒粉少许。3.将里脊肉块放入调制好的调料中浸泡一会，并不停翻动，使肉块均匀入味。4.将苹果、番茄、洋葱去皮，和蒜一起放入榨汁机榨成汁，然后倒

入腌制的里脊肉块中拌匀并用牙签不断地扎。5.把肉块放在微波炉专用的金属网架上，用强波火力加热 3 分钟。

这样烤出的猪排肉质滑嫩，美味无比，还有淡淡的水果香味呢。老公很爱吃。我还会用微波炉做番茄五彩虾仁烩面、果奶小布丁、迷你比萨。老公疑惑了，难道这块盒子有那么厉害吗？从不下厨房的他决定也来试试。尝试做的麻婆豆腐让他以后逢人便炫耀自己会做菜。有谁肯为我洗手做羹汤？有了格兰仕微波炉，我们都可以把对方的爱融入美食，看到对方一脸开心，各自都心满意足了。

■微波炉：COTY-2004(1700)格兰仕《格兰仕三人餐桌》，有微波炉优惠券，敬请关注。