



回达州过年吧!

吃家里最热乎的饭菜,说心里一直没和家人说的话

春节的脚步越来越近,街道挂满了火红的灯笼。近日,达城大街小巷人气回暖,大北街、柴市街、达人街、三里古街……年味儿日渐浓郁。车水马龙的道路上除了川S,外地车牌也多了起来。今年,天南海北的达州人终于能回家过年。而那些达州独有的年味儿,不仅藏在一条条街道或深巷之中,更在每一个家庭的餐桌上,让远方的游子牵肠挂肚、归心似箭。

回达州过年吧,吃家里最热乎的饭菜,说心里一直没和家人说的话。

□达州日报社通讯员 侯筱瑜

豆笋回锅肉

天南海北也许只有“回锅肉”最平凡普通,却又最能表达家常滋味。烹饪回锅肉的食材何止百种,但在达城的餐桌上,开江豆笋一定会成为首选。不仅仅是因为传统工艺制作的开江豆笋豆香浓郁、口感爽滑,更因为这地地道的家乡本味才能把食欲激发到极致,久久难忘。

辣子鸡

万源旧院黑鸡因为品种独特,被中科院命名为“世界稀有,中国独有,万源特有”。

长相别致的旧院黑鸡,其营养价值也高于一般的土鸡和良种鸡,富含人体所需蛋白质以及各种维生素,相信在许多家年夜饭的餐桌上,一定会有一盘香味四溢的辣子鸡,作为“硬菜”出现在“C位”。

洋芋粉粩炒腊肉

达州老腊肉用青冈柴和柏丫混合熏制,瘦肉紧实红润,肥肉晶莹剔透。虽然日常人家也常常烹饪这道菜,但腊月吃腊肉,似乎才更有仪式感。将腊肉洗净后煮熟切片就能直接食用,肥肉的油脂混合瘦肉的筋道,越嚼越香。

还有一种做法,不仅能够保留腊肉的香气,还增添了菜品的口感,那就是“洋芋粉粩炒腊肉”。将腊肉片与粉粩同时送入嘴里粉粩软糯、腊肉绵韧、满口油香,这是很多人从小就爱吃的年味菜,可以说洋芋粉粩和腊肉的关系就像鱼和水一样难舍难分。

麻辣牛肉干

蜀宣花牛是宣汉的特产牛种,其肉质饱满且口感细腻。有了好的牛肉食材,就会有烹制牛肉的出色厨艺。在达州宣汉,将牛肉做成牛肉干是最适合保存和招待来客的方式。

虽然制作过程复杂,但在过年的餐桌上,少不了最早上桌的凉菜——麻辣牛肉干。经过卤煮和油炸的牛肉肉质紧实耐嚼,辣油浸泡后色泽红亮、麻辣鲜香。想要在过年吃到麻辣牛肉?那就去宣汉朋友家里走人户!

醪糟煮黄粩

大竹县是中国糯米之乡,以糯米为原料酿造出清甜的东汉醪糟,再打制成软糯的大竹黄粩,大竹人用自己的智慧将这两样历史悠久的特产美食融合为一道家常小吃,在过年的晨间或下午,给家人带去简单的温暖。

这道小吃制作起来也十分简单,将黄粩切成小块放入开水煮熟后,带汤盛入碗中,加入醪糟和适量白糖即可。绵软的黄粩混合带有醪糟香气的甜水热气腾腾、甜蜜滋润每口都能吃出归家的“甜”。

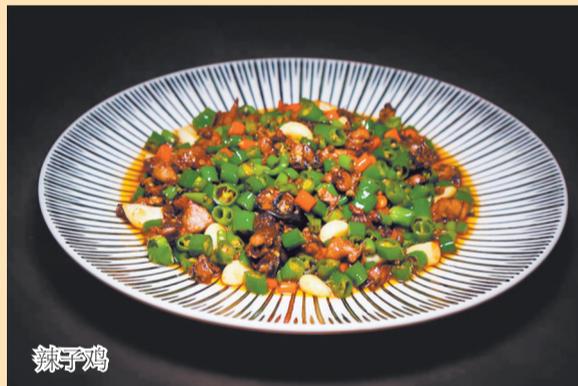
大刀圆子

“大刀圆子就是渠县人的乡愁。”大刀圆子是要放在年夜饭最中心的菜品,被称为“头菜”,可见其在人们心中的地位。

主要用猪肉、红薯粉鸡蛋和葱白四种原料,经过砍、裹、蒸、切、再蒸等程序,才能做成一碗看似朴素的大刀圆子。入口化渣,没有多余的调味只有浓郁的肉香,老少相宜。



豆笋回锅肉



辣子鸡



醪糟煮黄粩



大刀圆子

(以上图片由达州市文化体育和旅游局提供)