



敦煌,不仅有着神秘而悠远的历史,还有一道道奇幻美食。这里的美食,有甘肃菜肴的豪放自在,有西北菜肴的洒脱纯粹,还有骨子里独有的敦煌韵味!除了大名鼎鼎的驴肉黄面、胡杨焖饼,小编为您推荐几道“深藏不露”的敦煌美食。

A 气氛菜:卵石牛柳



卵石牛柳

卵石牛柳,它的主料是牛柳。牛柳就是牛里脊肉,是牛身上很鲜嫩的部位,富含丰富的优质蛋白,肉质鲜滑爽口。但菜名中的“卵石”,在这道菜品中扮演什么角色呢?

在敦煌的戈壁、沙地和河道上经常能看到鹅卵石,要么被流水抹去了锋锐的棱角,变得温润光滑,要么在阳光的暴晒下周身滚烫,热情似火,一旦气温下降,它在月光下仍然冰冷似铁。

我能想到的做法是,加热鹅卵石,然后在石上炙烤腌制好的牛柳,再蘸干料吃,但完全错了,它居然是和牛柳一起炒!这道菜的做法是:先将牛里脊肉切薄片,洋葱、青红椒切丝,鹅卵石清洗干净,放油锅中加热至微冒青烟最好;把肉片放入盆中,加入各种作料腌制搅拌。随后把洋葱丝铺在不粘锅上,铺上搅拌好的肉片,再把加热的卵石倒入锅中,用小木铲不停地搅拌,3到4分钟即熟。

这道菜属于“气氛菜”。可以从一观“堂制”,二听响动,三闻香气,四尝味道来品鉴。

观“堂制”:欣赏厨师娴熟的操作,看卵石和牛柳在炒锅中翩然起舞,给人带来无尽的兴奋感与期待。

听响动:菜品翻炒的同时伴有声音和腾起的水蒸气,激发出一种热烈的气氛。

闻香气:菜端上来,肉香、调料香和油脂香,浓香扑鼻。

尝味道:牛柳色泽红亮,嫩滑爽口,而洋葱和青红椒的香味萦绕其间,恰到好处。

席间,厨师一吐这道菜放鹅卵石的原因。敦煌深处内陆,属极干旱大陆性气候,卵石炒肉的独特之处就在于,辅料鹅卵石在太阳的高温暴晒下,矿物质被全面激活,鹅卵石的主要成分是二氧化硅,锰、铜、铝、镁等微量元素也是人体所必需的。

以后出门,别忘了捡点鹅卵石,或许亲自下厨,你也能炒出几分鹅卵石浸润过的大自然味道。

才能领略真正的敦煌风味吃了这几道菜



大漠风沙鸡

B 意境菜:大漠风沙鸡

大漠风沙鸡是近年来比较流行的一道创新菜,因成品鸡肉表面好像有一层金色的沙子,所以称之为大漠风沙鸡。

这道菜在我眼里,显然是意境菜。在敦煌旅游,看到雄浑的大漠风光,会让人想到“黄沙百战穿金甲”“渺渺黄沙天万里”“唯见黄沙白云起”这样的边塞诗句。

一道菜品,居然想将这种苍凉壮美的意境收纳于盘碟之上,这份“野望”令人赞叹。

大漠风沙鸡借鉴了白斩鸡的摆盘。虽然切分开,但仍然摆出一只鸡的完整造型,颜色枣红、晶莹光亮,逗引着人的味蕾。

奇特的是,鸡块的表面散布着一层金

色的细小颗粒,这是在模拟豪迈奔放的大漠风情吗?

来想象吧!一路的黄沙,赴一场异域的相遇,透过梦的朦胧,一行驼队,一串铃声,在大漠的远方行走。

这只鸡不仅有视觉上的美,味觉也很赞。鸡肉色泽金黄、入口松香,口味别致,吃起来外脆里嫩,咸鲜微辣。

大漠风沙鸡的做法是:先将本地散养土鸡小火卤制2小时,然后取出风干2小时,挂脆皮水,入油锅炸至金黄酥脆,刀切装盘。最后的工序便是撒金沙,这金沙料是蒜末炸至金黄,配面包糠、青椒末、红椒末,加适量的孜然粉。

金沙既丰富了鸡肉的味道,又提升了菜品的审美趣味,这无疑点睛之笔。

C 故事菜:锁阳炖排骨

这道菜是故事菜。排骨是最常见的食材,不用多说,倒是这道汤中放的锁阳,让人想到虫草鸡的做法。

锁阳虽然没有虫草那么金贵,但得到这种药材,也非易事,它是敦煌沙漠戈壁中一种多年生肉质寄生草本植物,有很强的药效,被人称之为“沙漠人参”。

炖排骨的时候放入锁阳,一定是汤鲜味醇、营养丰富的特色药膳了。

当地朋友讲了一个有关锁阳的传说:唐朝大将薛仁贵奉命西征,在今天瓜州附近的苦峪城陷入重围。

城中粮断草绝,薛仁贵下令将士缩减军粮,以待援兵,在军士日渐羸弱时,他们惊讶地发现军中的战马却一日日肥壮,原来它们在刨食一种通体

泛红、外形像红萝卜的根茎。将士们也挖来吃,终于坚持到援军到来。后来,人们才知道这种植物叫锁阳,念及锁阳之功,后来苦峪城便被易名锁阳城。从此,河西一带一直流传着这句歌谣:“锁阳锁阳,是药又是粮,病时作药,饥时作粮。”

一道美食,如果伴生着动人的传说、逸事和典故,让人在品尝之外,还能领略到文化积淀带来的乐趣,意外获得养生之道,岂不快哉?

锁阳炖排骨汤色略发红,这显然来自锁阳的色泽,汤的清香中有点发甜,清甜中余味有那么一丝丝涩,这自然是锁阳的药香了,而汤中的排骨在锁阳的加持下也变得更加鲜美。



锁阳炖排骨

D 细节菜:羊肉烧麦



羊肉烧麦

这道菜是细节菜。

在敦煌品尝到的羊肉烧麦,蒸出来皮儿是半透明的,有点南方云吞的意思,不洒汤不漏油,上部呈花状,极美,皮薄馅大,且不腻不膻,咸鲜味美。

店家在案板放着几个装着馅料的白色大铁盆,其中一个铁盆里装着许多鲜嫩的胡萝卜丁,让我想到河州包子馅料的经典搭配。

我推荐去小店吃烧麦,虽然操作间逼仄,但食客却可以看见从食材处理到上锅的一切细节,丝毫没有遮蔽,透明的流程细节呈现,给人以放心的感觉。

那薄弹的半透明表皮,吸满汤汁,油

津津的羊肉沾了胡萝卜的甜美……微微烫口的烧麦皮还带着点蒸汽的滋润,一口一个鲜嫩浓郁。

欣赏羊肉烧麦的外观,底下的面皮蒸熟后接近透明,上面的皮却呈洁白色,有时还微黏一点干面粉,厨师捏成的褶皱攒聚成一朵朵圣洁的莲花,但它娇美的外表下却盛装着炽热的灵魂,馅料里渗着羊油,冒着热气,升腾的热气从烧麦的花蕊里喷薄而出……

这就是羊肉烧麦,带着羊肉胡萝卜的烟火气,带着面皮的麦香气,萦绕在鼻翼的香味在小店内久久不散。

文/图 掌上兰州·兰州晨报记者 刘小雷