

信阳菜

□刘向阳

信阳菜发端于商代,发展于秦,相对成熟和基本定型于20世纪80年代直至今,至今有3000多年的发展历史。

信阳菜在其形成和发展过程中,信阳农民培育了许多特色食材,百姓和厨师们运用娴熟的烹饪技艺,创造和烹制了许多脍炙人口的菜肴和名点,形成了鲜、香、爽、醇的特点和以鲜香为基本特征的风味,并使信阳菜成为一个具有鲜明特色的地方菜和豫菜的重要组成部分。

在漫长的历史过程中,信阳菜融南北风味,汇东西大菜,存地方特色;信阳也在吸收中原文化、楚文化和吴越文化的基础上,形成了以中原文化饮食文化为主体、具有多样性特征的饮食文化。信阳菜特点和风味的形成,

信阳具有多样性特征的饮食文化,既是信阳自然、物产、当地文化综合作用的结果,也是信阳吸收、改造外来菜品和文化的结果,凸现的是信阳文化的开放性和兼性。

一、信阳菜品牌

信阳菜是在长期的历史发展过程中,由信阳人创造、制作的适合信阳人口味和饮食习惯的肴饌,既是豫菜的重要组成部分,也是具有信阳地域特色的风味菜,并以历史悠久、风味独特、菜品丰富、技艺精湛、传承清晰、科学适中、文化厚重成为豫菜奇葩。

信阳菜从产生的历史和消费对象上进行划分,主要由传统菜、现代菜和家常菜构成,其来源分别来自民间菜、宾馆饭店菜、宫廷菜和官府菜、餐馆菜、街边菜和街边小吃、民族菜和外来菜等。众多的来源,使信阳菜极其丰富,既有充满乡土气息的民间菜,又有高贵气

派的皇家菜;既有历经百年历史不衰的传统名菜,又有新近创制的现代名菜。

食材上,信阳菜既有信阳百姓精心选育、已有上百年、上千种植历史的当地农家优良品种,也有历史上和现代从外地甚至外国引进的食材。搭配上,讲究荤素搭配、味性搭配、时序搭配,特别注重选用时令生鲜。刀工上,讲究切割精细,刀法多样,调味上,讲究用火精炒,烹法多样。意境上,讲究意境美,有文化内涵。取名上,讲究名副其实,很好地体现出中国菜“食不厌精,脍不厌细”的精神。

信阳在饮食上讲究“适中”,对菜的基本要求是“素瘦荤肥”,对吃的基本要求是“热”、“干”、“三全”。这些不仅体现了信阳菜“五谷为养、五果为助、五畜为益、五菜为充”的食物结构,也体现出养生与五味调合的美食观念,突出的是饮食与自然的和谐统一。

科学而宜身心是信阳菜的基本特征。

信阳人所谓的“嘴刁”和“喜尝鲜、爱挑剔”这一对待菜肴的态度,凸显的是信阳人善于学习、吸收和对创新的渴望和追求。这一态度,不仅促使信阳菜在其发展过程中既很好地坚持了传统,又促使信阳菜在其发展过程中向其它菜学习,创制了大量新的菜品,使信阳菜得到不断的丰富和完善。融南北风味,汇东西大菜,存地方特色,是信阳菜能够走出信阳,成为风味独特、深受消费者喜爱的地方菜的重要原因。

信阳菜的形成发展的历史,既是信阳饮食文化的形成发展的历史,也是信阳口头文学形成发展历史的重要部分。在众多的传说和故事中,既从一个侧面反映了信阳在中国历史进程中的重要地位和信阳厚重的历史,也为信阳留下了丰富的精神和文化遗产。

(未完待续)



唱出好心情

□本报记者 张继维

近几年,量贩式KTV这个新的概念走进了信阳百姓们的生活,并凭借其独有的魅力迅速获得普通市民的青睐。

麦克风量贩KTV信阳总店座落在我市东方红大道银珠广场西侧西亚兴博数码广场,总营业面积近4000平方米,拥有大小包房70余间,可同时容纳600人欢唱。KTV整体由香港知名设计公司设计,汇集了国内外最顶级、最新潮的设计元素、时尚的装修风格、创新的设计理念,个性化专属吧台、温馨的沙发休闲区和欢乐演艺台等,给人舒适、放松身心的休闲娱乐环境。

对于“量贩式”这个词,记

者似懂非懂,请教了吧台的工作人员,原来量贩式一词源于日本,在日语里是超市的意思,也有大量批发之意,是自选、自助的意思。量贩式KTV一般具有规模大、营业时间长、价格灵活多变、消费人群多样化等特点。量贩式KTV里面附带超市,出售与市场价相差不多的各种食品,客人不仅可以买一大堆东西后到歌厅唱歌娱乐,而且不用担心最低消费的陷阱,也不会被昂贵的酒水单吓走。

正如麦克风量贩KTV一直所秉承的消费理念——“发展品牌、健康时尚、欢乐自在、情感交流”一样,相信这里会成为信阳百姓们欢聚一堂、轻歌曼舞,舒缓压力、联络情感的新选择。



美食是一种艺术

□王涛

民以食为天是中国的一句古语,说的就是饮食对我们祖宗先民的重要,正是出于这样一种对食物的敬畏、对健康的追求、对生活的热爱,才衍生出了丰富多彩的饮食文化。饮食已经不只是为身体提供能量,更在审美和人生态度上潜移默化地影响华夏子孙,她牢牢拴住你的胃,深入骨髓。

食不厌精,脍不厌细。我们对食物的制作更是可以出神入化来形容。取一尾鲜鲤,净鳞去腮,雕上花刀,看鲜嫩的肉质在刀下翻卷,热油一过金灿灿的鱼身煞是好看;蒸一屉包子,和面粉馅,调味定形,看一褶褶面花在手心呈现,就像张张咧开的笑脸;炒一盘家常菜,采来新鲜时蔬,荟萃一盘佳肴,绿的叶,粉的内都是自然的恩泽,煎炒烹炸,把生活过得红红火火、有滋有味;色香味全,把心情晕染得缤纷多彩,明亮通透。

这样讲究的饮食追溯到我年幼时的记忆,庆幸自己出生在农村,所以才有机会经历淳朴民风、古道热肠、浓浓的家乡味,声声的故人音。在阳光渐次耀眼的初夏,麦子正青黄不匀,这时正是灌浆期,麦子逐渐饱满起来,营养充盈其间,直长得中间一道深沟。采下一把麦子回来或烧或煮至香味四溢,把麦粒搓出来,放到村头那盘石磨上,馋嘴的小孩高兴地看着大人推磨,碾转就簌簌地从磨盘上落了下来。接下来辅以佐料,浇上葱蒜蒜拌的汁,就可以大块朵颐了。生硬的麦香在嘴里回荡,萦绕齿间,没有被磨碎的麦皮饶有嚼劲,葱蒜的辛辣又祛除了暑湿。吃完后就只剩下感叹:是谁想起了这绝妙的食谱,美味又养生,给生活增加不少亮色。这当然也只是传统美食的一个角,十里不同天,百里不同俗,每个地方有自己引以为傲的特色美食。

生活是一种艺术的创造,做饭也是一种艺术,倾注了烹调者心意的饭菜才能称之为美食。邀上朋友到家里来,自己张罗出一桌好菜,这里面有你为家人、朋友的挚爱,也有对生活的完美愿景,更有你如诗如画的心情。这样你也能自豪地称自己为美食家了!

秋季饮食莲藕豆类最补

莲藕最补人

民间有“荷莲一身宝,秋藕最补人”一说。秋季,天气一向是比较干燥的,所以人们很讲究“燥则润之”之理,建议秋季要偏重多吃一些养阴清热、润燥止渴的食品,莲藕具有收缩血管的功能,多吃有助于补肺养血,是秋季最佳保健食品。

莲藕含有大量淀粉、蛋白质、维生素B及一些钙、磷等多种矿物质,而且莲藕的含糖量不高,又具有多种维生素和膳食纤维,所以患肝病、便秘、糖尿病的病人,多吃莲藕是十分有益的。

秋季由于干燥很多人都会出现便秘,恰好莲藕可通便泻火、健脾开胃,因为莲藕含有黏液蛋白和膳食纤维,能与人体内的胆酸盐、食物中的胆固醇及甘油三酯结合,使其从粪便中排出。另外莲藕能促进消化,可帮助食欲不振的人增进食欲。

关于莲藕的吃法有很多种,可以生吃,也可以熟吃,甚至都可以搅成汁。最好的方法是晒干磨成粉状煮成粥,这样食用的药用价值更高。家常菜里做莲藕可用炒、炖、炸均可,这些方法都很保健。

中医认为,莲藕是一种理想的素食,有补血、凉血、止血的功效,特别是生吃莲藕能凉血散瘀,熟吃更能补心益智,具有滋阴养血的功效,强壮筋骨。而莲藕粉更能消食止泻,确实是秋季的养生食品。

豆芽清热解暑

秋季容易出现口唇干燥等上火症状,例如黄豆芽和绿豆芽都是秋季最适合滋养润燥、清热解毒的好选择。豆芽中含有大量的蛋白质、脂肪和碳水化合物,以及一些类似钠、铁、钙等人体必需的元素,具有清热解毒、利湿通下等功效,特别适合秋季食用。

黄豆芽的营养价值最高,具有清热明目、补气养血等功效,黄豆在发芽过程中,由于酶的作用下,会释放出更多的钙、磷、铁等矿物质元素给人吸收,常吃黄豆芽对青少年成长发育、预防贫血等都大有好处。

春困秋乏似乎已经成为一种习惯了,但是因为黄豆芽含有一种叫做天门冬氨酸的物质,所以,人们吃了豆芽后能减少体内的乳酸过多堆积,消除疲劳,最重要的是黄豆芽中的叶绿素能分解体内的亚硝酸盐,进而可预防一些秋季很容易得的肠道感染疾病。

关于豆芽的食用,可以凉拌、炒食、做汤等。但是市场上卖得大多是施用化肥和激素生发而成的,所以建议有条件者可以自己动手生豆芽,不过要注意不要把豆芽生得太大,因为豆芽并不是越长就越有营养,一般长到3厘米至5厘米即可。

(曹威)

健康饮食



澳门全汤豆捞
地址:信阳市体彩广场金杯财富大厦C座
电话:0376-6382222 6383333

2012年信阳秋季车展

主办:信阳日报
信阳晚报

车展时间:10月19日-21日



现场订车抽大奖

特等奖奖品:标志207轿车

所有参展品牌全部最优惠价

参展品牌

参展品牌40个
车型120款
进口汽车
合资品牌
国产品牌

活动内容

新车上市发布
订车抽大奖
车模评选
文艺表演
杂技表演
魔术表演

地点:信阳市体彩广场

茶文化

□王润芳

茶的发现和使用并不等同于茶文化的形成和发展。“人们在长期的饮茶过程中,在一定的阶段,把饮茶当成了一种精神上的享受,于是,就随之产生了各种文化现象,产生了社会功能,这才开始出现了茶文化。它是一定历史条件下的特殊产物。”具体而言,我国早在神农时代就发现了茶,但直到两晋、南北朝的时候才出现了茶文化的萌芽;同样,虽然茶从16世纪开始就已经向西传播,但到18世纪才为英国社会所接受,逐渐从

宫廷贵族的专享演化为社会各阶层的饮品。

在中国,茶叶在发现之初本是为药用,后来随着对其认识的加深,至秦汉时,茶成为饮品;再至两晋、南北朝时,茶成为寻常人家的待客之物,融入了寻常百姓的生活,东晋时,社会风气浮躁,人皆以斗富为荣,奢靡之风盛行。为抵制这股不良风气,有识之士提出以茶为象征的“养廉”。南北朝时,开明的南齐武帝曾下过诏书,丧事从简,灵位前不准放三牲祭品,只放些干饭、果饼和清茶,并令“天下贵族,咸同此制”。此时的茶早已不再

仅仅是单纯的饮品,而成为了待客之物、祭祀之品,表现出了自身价值之外的文化功能,进入了精神领域,中国茶文化由此萌芽,其所具有的社会文化功能逐渐超越其自然实用功能。但这一时期的茶文化也只是寒光微露,还没有形成专门的学问。直至唐代,我国的茶文化才正式形成。唐朝时,农业进步、商贸活跃,促进了茶叶的生产和销售;佛教兴旺、科举初成、诗风繁盛、流行贡茶、令行禁酒等时代因素更是掀起了一股社会饮茶风尚。唐人陆羽所著世界上第一部关于茶叶的专著《茶经》更是极大地促

央视独家专访古井贡“勾兑门”:古井贡酒年份原浆未添加食用酒精

近日一条关于古井贡采购酒精的新闻引发各界关注,中国的白酒市场瞬间患上了酒精恐惧症,各大上市酒企股价纷纷重挫,坊间也到了谈酒色变的程度。那么,与这件事情有关的“采购酒精”和“酒精勾兑”到底是一个什么性质的事件呢?日前,安徽古井贡酒股份有限公司董事会秘书叶长青在接受央视财经频道独家采访时,首次对此作出回应。

古井贡酒年份原浆系统粮固态发酵未添加食用酒精

叶长青说,古井贡酒及年份原浆系列都是按照古井贡酒传统生产工艺纯粮固态发酵所生产的,均未添加食用酒精等任何外来发酵物质。

叶长青进一步说,古井贡酒及年份原浆系列是他们的高端主打产品,相关工艺标准他们也有报备,是采取传统工艺纯粮固态酿造法酿制,国家对此也有明确规定,不得使

用食用酒精。而他们的年份原浆酒既然标明纯正原浆手工酿造,作为一家上市公司,他们既要接受投资者的监督,又要接受消费者的监督,他们不会也不敢违背国家规定。

采购食用酒精使用量并非当年进货量

叶长青也明确承认古井部分低端产品,的确使用了食用酒精。叶长青说:“为了满足消费者的不同消费需求,公司对部分低端产品采用固液法生产。中报中所反映的食用酒精采购金额大于低端酒成本,是公司根据固液法生产工艺的要求,为了确保产品品质,基酒调制后,必须经过一定周期的储存,形成的库存所占。”

食用酒精用于固液法生产白酒符合国家标准

古井贡公司还表示,他们采购的食用酒精都是用于加工固液法

白酒制作,那么这又是怎样一种白酒呢?是不是符合国家规定呢?对此中国食品发酵工业研究院副院长、国家质量检测中心主任宋全厚作出了回答。据了解,我国对固液法、液液法、固液法白酒调成白酒,而最后一种固液法白酒则是以固液法白酒、液液法白酒勾调而成。

宋全厚表示,固液法白酒里面是允许加入食用酒精的,但这里面要求一定的比例限制。而在食用酒精加入量的安全性方面,有人质疑,如果加入过多是否会影响到人们的健康,宋全厚对此表示:不同的制酒工艺安全性都有保证,具体的区分和标准主要是从市场价格管理角度考虑。因为这几种酒生产的工艺原料、储存周期

各方面都不一样,造成成本也不同。既然成本不同,就不能用低成本的去冒充高成本的,低价的去冒充高价的,这个规定是为了防止不正当竞争等其他行为,而不是从安全性上去要求的。

知识链接:我国对固液法、液液法、固液法白酒生产工艺制定了严格的标准。其中,固液法白酒是以粮食等原料经传统的纯粮固态发酵生产方式,并经固液蒸馏、经陈酿、勾调而成的,是中国传统工艺白酒;液液法白酒是以富含淀粉、糖类物质的粮食等原料经过蒸煮糖化后以液体的状态添加酵母菌进行发酵,经过蒸馏得到的基酒(或食用酒精),再经过加工勾调而成的白酒,像国外的威士忌和伏特加主要是采用液液法发酵经蒸馏、储存、勾调而成。而固液结合白酒则是以固液法白酒与液液法白酒勾调而成。(摘自央视财经频道《第一时间》)