诸事顺心

星报2019春节服务特刊

2019年2月1日 星期五
编辑 江亚萍 组版 方　芳 校对 陈文彪

编者按

一年辛辛苦苦，年三十晚上，一家人团聚一起，少不了一顿丰盛的年夜饭犒劳。合肥市民许姐平日里就喜欢钻研各种菜式，这不，就年夜饭，她给出了许多色香味俱佳的推荐。大家不妨学做一二。

年夜饭　吃起来

凉菜

1、拌秋葵

秋葵开水焯1～2分钟，放生抽一勺、米醋一勺、白糖一小勺、生蒜末1/2勺、红椒一根剪碎、麻油一勺拌匀，装盘。摆油炸蒜末、油炸花生末、熟芝麻、炒米若干，吃前拌匀。

2、洋葱花生盏

花生150克冷油下锅小火不停翻炒至皮变色果变酥时断火，待花生凉透放入切碎洋葱半颗，放生抽两勺、香醋两勺、蚝油一勺、糖一勺拌匀即可。

3、三文鱼沙拉

三文鱼100克切丁，蜜瓜100克切丁、白心火龙果100克切丁，挤入蛋黄色拉酱，搅拌均匀。摆盆方式有二：一是生菜铺底，二是摆入对半切开的火龙果壳内。外围芝士味或原味薯片一圈。薯片为勺，盛沙拉食用。

4、卤拼

牛肉、牛肚、猪舌、猪耳、花干等冷水入锅，煮至水开，撇去浮沫，按比例倒入李锦记卤汁，煮开后，小火60分钟，断火。焖至汤凉，捞出装盆即可。

5、火腿蜜瓜卷

云南宣威火腿薄片裹蜜瓜条、车轮奶酪条。

热菜

1、清蒸鱼

500克左右新鲜鲈鱼或鳜鱼一条，里外抹黄酒细盐少许约20分钟，沥去汁水，摆在姜片上，入开水锅蒸10～12分钟，或微波炉5～6分钟，出锅后倒去盘里多余的汁水，鱼上摆香葱丝，撒白胡椒粉，热油约50克淋香，倒入蒸鱼豉油适量。

2、菠萝虾仁

200克大青虾仁，少量盐、黄酒、胡椒粉、一个蛋清腌制约15分钟，热锅温油滑至虾仁变色盛出。菲律宾凤梨四分之一颗，除去白芯和皮，切片备用。热锅冷油放入西红柿酱50克炒出红油，放入虾仁、凤梨片迅速翻炒，加一勺生抽、一勺糖，翻匀，撒葱花，起锅。

3、墨鱼烧肉

墨鱼半只切成墨鱼花卷待用，五花猪腩肉1块。五花猪腩肉下冷水锅内煮约一刻钟至肉色变白，取出洗净。用夹把猪毛处理干净，切成2厘米见方的正方块。热锅冷油小火放2勺糖至出现焦糖大泡泡时放入五花肉块翻炒上色。放墨鱼卷、四五片咸肉或火腿、姜块、一粒八角、两三只红干椒、2勺黄酒、1勺生抽、生蒜粒10只、大葱段若干，兑入开水至没过肉，大火烧开后，小火慢焖约半小时，至汁浓，最后放一小勺老抽，撒胡椒粉，白芝麻、小葱碎、泡胀的枸杞若干点缀，收汁关火装盆即可。

4、芋头咸蒸

四分之一只荔浦芋头切片，间入咸香肠或薄咸肉片，摆盘，入上了汽的蒸锅中小火60分钟。关火后焖5分钟，起锅后，淋入勾芡的胡萝卜丁、笋丁、火腿丁即可。

5、清蒸狮子头

五花肉适量，肥肉切丁，瘦肉切细末，1勺盐、1勺糖、胡椒粉稍许、清水稍许，顺着一个方向上劲搅匀，合成拳头大小的团，左右手反复摔打至劲道Q弹状，用拇指下压一个深一点的洞，磕入一枚鸡蛋，大碗铺毛豆底，放入肉圆，冷水起蒸，水开后，中火蒸30～40分钟即可。

6、焖羊排

羊排750克切2寸左右大块，冷水入锅煮开，将水倒尽，将肉洗净。热锅温油入沥净水的羊排翻炒变色后，放姜块、葱结、生抽3勺、糖1勺、黄酒3勺烧开，热水没过肉，放滚刀切块的白萝卜、胡萝卜若干，鲜柠檬2片，中火炖30分钟，加1勺老抽、孜然若干，收汁，撒蒜苗段、香菜段起锅。

7、芝士焗生蚝

一打生蚝开盖后洗刷干净，少许盐、白葡萄酒、柠檬汁腌约一刻钟；小半只洋葱切碎、小半只胡萝卜切碎，一小片培根切碎，黄油一块低火融化，入洋葱碎、胡萝卜碎煸香，入蛋黄酱翻匀备用。将腌过的蚝肉洗净沥水摆至壳内，上覆炒过的酱料，铺上车打奶酪碎和马苏里奶酪碎（没有车打的话，也可以不放），烤箱预热180度，上下火烤12分钟。

8、酱鸭腿

白鸭腿3只，冷水煮开，倒净水，洗净浮沫，再入水没过鸭腿加姜块、葱结煮开后小火20分钟。另起锅，生抽100克，老抽50克，糖2勺，花椒10多粒，大料一颗，姜两三片、红干椒2只，汤一碗，小火烧卤汁，不断浇淋鸭腿，约一刻钟，至鸭腿已尽呈红酱色，汤汁凝至一小碗即可。鸭腿晾凉后切盘，醮配剩下的浓汁一起食用。

9、青菜豆腐

俗话说青菜豆腐保平安，这是一道合肥过年必备菜品。很家常，也很应景。老豆腐切块盐水泡一会儿，热锅温油小火慢煎至豆腐块金黄盛出待用。中火温油青菜炒透后入豆腐一起焖5分钟，1勺盐、1勺糖、鸡精少许，合匀起锅即可。

10、粉丝肉末

小时候过年，家人总让我们站着捞粉丝，老人说那是串钱的钱串子，粉丝越长，钱串子越长。所以咯，粉丝也是年夜饭必不可少的一道风景。山芋粉丝开水泡软，千万不要剪断哦，备用。热锅温油爆香姜末葱末，入肉末煸香，黄酒1勺、生抽2勺、糖1小勺、白胡椒少许，入粉丝，加温水一小碗，小火煮2分钟即可。

11、挂面圆子

将挂面以沸水煮七成熟捞出，过冷水，剁碎，放盐、生抽拌匀；入剁碎的五花肉，加入葱姜蒜拌匀，两手心抹满用蛋清取面团成乒乓大小的圆子；搓好的圆子放入压实的淀粉碗里滚一滚，入油锅炸至金黄即可。这也是合肥一道必备的年菜，可以蒸，可以炸，下鸡汤最是鲜美。

12、灯笼茄盒

紫皮茄子对半切开，取中间段，连切六刀不断后切断，塞入生抽黄酒蚝油抓匀的五花肉末，呈打开的半个灯笼状，用纱布包裹一些淀粉，均匀的抖淀粉在茄子上。肉朝下，五成热下锅炸制，三分钟左右，至外型金黄定型，摆盘。另起锅，少许油，锅中留少许底油，加番茄沙司适量、1/4勺盐、3勺糖、3勺白醋、一碗湿淀粉水，至起泡呈半凝状。将炒好的酱汁，均匀的淋在炸好的灯笼茄盒上，撒葱花、白芝麻点缀。

内容提供/许燕

