



食在沅澧

桂花汤圆

■辜建格



过年要吃汤圆,如同一种仪式,深深地刻在人们的心底。湘西北将汤圆叫做“汤丫儿”,前些年津市街上有位大姐走街串巷,到处听得到她的吆喝声:“汤丫儿浆,碗甜酒”,仿佛香味随着声音穿透而来,一点也不输现在的电喇叭。

小时候母亲常做的是桂花汤圆。那时糯米稀罕,但父亲总有路子弄到几斤,母亲将糯米暴晒几天,然后装到陶缸里储存起来,直到腊月里这糯米才重见天日。春节还有几日时,母亲就提前磨好晒干糯米粉,准备在过年时做桂花汤圆招待客人。桂花汤圆香糯可口,吃起来柔顺滑溜,可惜我们只能在元宵节那天可以饱餐一顿,其他时候,只有眼睛直勾勾地看客人吃的份。

桂花汤圆好吃,做的工序也更复杂、细致。过去做桂花汤圆,全程纯手工操作,泡糯米、磨浆、吊浆、晒粉、过筛、做馅、滚汤圆、煮汤圆,任何一道工序都不能马虎,母亲前前后后要忙上好几天。

磨汤圆浆是老工艺,糯米加上一定比例的粘米,具体根据自己喜好,喜欢软糯一些就多些糯米,不喜欢那么粘牙就少些糯米,多些粘米,不过糯米占比要适当,做出的汤圆才好吃。糯米粘米混合后淘洗干净,用清水浸泡,等到米粒含水已经有些饱满,就开始磨浆。那时都用石磨,一个人推磨,一个人喂磨,推磨拉磨,反

反复,乳白的米浆就源源不断从磨孔流出,人也累得满头大汗。磨好的浆倒入布袋吊浆,沥干水分,放到太阳下晾晒,枯干之后捏散成为糯米粉。

其实湿润的汤圆浆就可以直接做汤圆了,汤圆浆用手搓、捏、揉,就可以做成圆的扁的,可做糖汤圆、肉汤圆,或煎或煮就行。但是做桂花汤圆要用“滚”的方法。之前要先做馅料,桂花汤圆馅原料大致有白砂糖、冰糖碎、干桂花或者桂花酱、化猪油、炒熟的白芝麻和花生碎、橘子皮制的红丝等等。将这些原料混合,加猪油搅拌均匀,再捏成拇指头大小的丸子备用。

母亲滚汤圆先要用最细密的筛筛将糯米粉全部过一次筛,避免糯米粉子里混杂大颗粒影响汤圆的口感。“滚”汤圆要用过去那种圆圆深深的细篾片编织而成的簸箕,摊上一层糯米粉,再用一个大碗装上干净的冷水,用筷子夹着汤圆馅丸子沾水,再放到簸箕里,一次放二十来个,不能太多太挤。准备妥当后,双手端着簸箕,左倾一下,右倾一下,东摇西晃,馅料丸子滚来滚去就紧紧地裹上了一层糯米粉,再一个个夹到碗里沾水(有的是直接喷洒水,也可),反复多次,就像滚雪球一样,滚到圆溜溜的接近乒乓球大小即可,拿出来搁到一边,又开始滚下一批,如此循环,直到桂花馅料用完。沾水的碗里

还沉淀了不少的糯米粉子,还有一些桂花馅料,不要浪费,沥干水后,放到油锅里煎成粑粑,加红糖,就是货真价实的糖油粑粑,油光红亮,香甜黏牙。

煮汤圆就简单了,加一锅水,大火烧开,将汤圆倒下去,每锅煮的数量根据锅的大小来定,不能过于拥挤。大火煮开,压第一道冷水,继续大火煮开;压第二道水,继续大火煮开;压第三道水,继续大火煮开,一般压三道水后,汤丫儿一个个浮在水面上,就已熟透,用碗盛起来,舀一些煮汤圆的汤,就可以开吃。一般饭碗可以装三四个,作为正月间里的待客点心,已经足够。如果自己吃,肯定要用大碗,母亲经常念叨,二哥最喜欢吃桂花汤圆,那时一餐可以吃二十来个,现在想来简直不可思议。

都说吃汤圆不能心急,热乎乎的汤圆十分烫嘴,可是放冷了吃总是感觉缺少一些什么,所以汤圆还是要趁热吃。用调羹舀着滚烫的汤圆,先吹口气,又吹口气,第三下再也憋不住,直接咬开汤圆,里面的馅料已经融化,桂花香气扑面而来,汤圆细腻柔和,馅料浓香甘甜,忍不住一口吞下去,烫得嘴巴直颤,那热度已经一直滑到了肠子肚儿深处,刹那间,连话都不会说了,两眼发呆,黯然销魂,忘乎所以。那桂花香气还滞留在嘴角,已经迫不及待又舀起一个汤圆,送进嘴里。

生活百科

不锈钢保温杯泡茶会铬中毒?

专家:泡茶时铬迁移量很低,不会使人中毒

网上有报道称:“茶水会腐蚀不锈钢器皿析出重金属铬,长期用不锈钢保温杯泡茶会慢性中毒。”那么,真相到底如何?记者采访了河南农业职业学院教研室主任蒋蒙蒙。

蒋蒙蒙说,我国《食品安全国家标准不锈钢制品》中规定:不锈钢器皿的铬迁移量,应不超过0.4毫克/平方分米。这个数据是将不锈钢器皿放在4%的乙酸溶液中,煮沸30分钟,再室温放置24小时后测出的析出铬的量。而相比乙酸,我们所泡的茶水中的酸含量实在不值一提,况且也不会有人会让茶水在不锈钢杯里沸腾30分钟,再放置24小时后饮用。因此,不锈钢保温杯泡茶会中毒的说法是错误的,这种离开剂量谈毒性的言论,实属危言耸听。

茶水不会使不锈钢器皿析出重金属铬。所以,我们更应该关心泡茶所使用的不锈钢杯子是否合格,是否符合国家标准的不锈钢厨具要求,可从以下两点判断:

- 1.看产品上标注的不锈钢类型。尽量选择标有“304钢”字样的产品,“304钢”是铬迁移量较小的一种不锈钢。
- 2.看外观。观察不锈钢保温杯的内壁是否平整、光滑且光泽度一致。此外,新鲜的柠檬汁也可以帮助检验不锈钢保温杯是否合格。用新鲜柠檬榨汁,将柠檬汁倒入不锈钢保温杯内,十几分钟后,倒掉柠檬汁,如果不锈钢保温杯的内壁留下明显的痕迹,就说明该不锈钢保温杯质量不佳,容易被腐蚀,建议消费者谨慎使用。

■据《大河健康报》

剩肉不剩菜吃前要热透

生活中难免有当天没有吃完的饭菜,对于还能再次食用的剩饭菜要做到以下几点才能保证食用安全。

- 1.科学存放减少用筷子等餐具对剩饭菜进行翻动的次数;剩饭菜要用安全、清洁的食物餐盒;剩饭菜要放入冰箱的冷藏室存放。
- 2.建议剩肉不剩菜肉食比蔬菜更易存放。
- 3.吃剩饭菜前要热透剩饭菜热透后会更加安全,不仅可以还原食物味道和口感,也能够规避许多食品安全问题。
- 4.不要反复加热。虽然热透的剩饭菜安全风险小,但反复加热缺点较多,比如营养损失、口感下降、亚硝酸盐问题等。

■据科普中国

资产出租公告

我司现有城投老西门商铺进行公开招租。请有意向的单位或个人前来咨询,并参与公开竞价。现将有关情况公示如下:

序号	资产名称	所在楼层/总楼层	建筑面积(m ²)	用途	年租金(万元)	租赁期限(年)	装修期(月)	递增方式
1	21#301#	3/6	570.15	茶楼、酒店	13.6836	5	5	第三年起逐年递增3%

自公示之日起5个工作日内,欢迎有意者前来洽谈。

联系人:李小姐 电话:15115759798 详情请登录 www.ggzy.changde.gov.cn。

常德市天源住房建设有限公司 2021年03月03日