

□ 食尚

# 一碗面条 清香爽口惹人恋

物美价廉的面条，简单而又不单调。

最初所有面食统称为饼，其中在汤中煮熟的叫“汤饼”，即最早的面条。面条主要用麦子面粉制作，于面出现之前，饭、粥为普遍中国人的主食，但当面出现后，面条地位即跟米食平起平坐——北方人以面食为主粮；南方人虽倚重吃米饭，但面食亦成为重要小吃。

秋末冬初时，一碗热气腾腾、香气四溢的面条，或炸酱，或打卤，或浇汁儿，再拌上点儿油泼辣子，揉碎的烤辣椒或红油等，总是吃下去让人舒坦。

作为没有地域之分的面条，皖南皖北总是有很多的吃法。 ■ 张亚琴



## 太和板面

板面起源于三国时期，在皖北古城太和县，大大小小的板面馆比比皆是。

板面一是面劲道，二是汤料味美浓郁。多种大料，配以味道鲜美的羊肉，经过老师傅的精心熬制，汤料散发出的那个香味，无与伦比。

板面条取小麦精粉，根据一年四季的不同，按比例用食盐、水加以搅拌，和成面团，反复揉搓之后，制成直径半寸、长八寸的小面棒，再涂上香油，码在案子上，蒙上干净的湿毛巾。滋润好的面棒柔软缠绵，触摸如丝绸。

做板面时，厨师在案子上排好几根小面棒，左手捏几个头，右手捏几个头，猛地举过头顶，狠狠地摔在案子上。接二连三，噼里啪啦，几经有力度的摔拉，板面由此而得名。

煮好的板面，清白润滑，晶莹透

亮。厨师捏上一些嫩绿的青菜放在上面，然后浇上沸好的红色的汤料。白的面条，绿的菜叶，红的臊子，使人食欲大增。

板面汤料的制作也十分讲究。用料有茴香、花椒、桂皮、面酱、食盐、红辣椒、牛油和牛肉等。制一锅汤料，各种用料按一定比例和顺序投放。制作时，先将牛油稀释烧沸，然后再下佐料。晒干的红辣椒用量较大，以突出汤料的辣味和色泽，羊肉也占较大的比例。把上等精羊肉切成方楞四正的小方块，待辣椒红颜色下来之后，再把羊肉丢进锅里。这时，必须掌握好火候，才能把羊肉烧得不老不嫩，恰到好处。

汤料做好后，舀到搪瓷盆里，凉后便凝结成固体，随吃随取，常年存放，不会变质。

## 休宁大红袍面

大红袍面的做法：先用刀割下一块三成肥、七成瘦腌制好的猪后腿肉，切成较薄的一块块，装入碗内，锅中放入冷水清蒸；把新鲜洗净的菠菜放在沸水里搅拌一下，捞起放在碗中备用。待锅中的水烧开后，放入切好抖散开的面条，煮熟；再把已蒸好的火腿肉中的油汤倒入一只大海碗中，加入少许盐、酱油、味精和适量开水；最后把面条捞起来放进碗中，用筷子稍微翻拌一下，夹上备用的菠菜，铺上煮熟的火腿肉，一碗地道的大红袍面就做成了。

传说，乾隆江南微服私访时，一日来到休宁北乡蓝田一户人家，想讨口饭吃。女主人想起了去年冬腌制的猪后腿和面粉，便做出了面条。饭毕，乾隆问这碗面叫什么，女主人说，因为是用腊蹄（方言：火腿）心做的，所以当地叫作“腊蹄心”面。乾隆说：“腊蹄心”面，不好听，不好听，应该称作“大红袍”面。说着，叫随从拿出一块碎金放在桌上。乾隆走后，女主人以这块碎金做本钱，和丈夫一道，在城里开了个专下大红袍面的小吃摊，后来生意越做越大，远近闻名。

## 当涂大肉面

当涂大肉面由来已久。相传唐朝时期，李白的叔叔李阳冰任当涂县令，有一年冬天，因为发洪水导致瘟疫肆虐，李阳冰看见老百姓饥寒交迫，全身冻伤，病死的人很多。他便在当地搭了一个医棚，支起一面大锅，把猪肉、辣椒和驱寒的药材放在锅里，熬到火候时再把猪肉和药材捞出来切碎，用其锅中水将面煮熟，之后连汤带面赠送给穷人。

百姓吃后抵御了寒冷，治好了冻伤。从此以后，这个面食的做法就流传了下来，时至今日，人们称之为“大肉面”。

做出汁浓味醇、肥而不腻的大肉面，第一关就是原材料。首先，选择滑爽感好、面筋质含量适中、颜色淡且清的好面粉。面条要手工揉制，当天的面条当天制作，这样保证的劲道是大肉面最重要的内容之一。

□ 行走

## 愿把青山踏够

■ 项本质

在钢筋水泥丛中待久了，就按捺不住地想出去走走。天堂寨最高峰海拔1729.13米，为大别山主峰之一，古称“吴楚东南第一关”。

游天堂寨，用2天时间足够。一般第一天游白马大峡谷，第二天游瀑布群。我们20号中午到达，安顿好住处后，坐景区交通车到达白马大峡谷的起点处。本来只准备花2小时悠闲自在自上而下地走完峡谷的，但下景区交通车一看，对面的白马峰上蜿蜒到峰顶的栈道吸引了我们。一问方知，去栈道有两种方式，一是坐滑索，凌空飞过去。二是下到峡谷底，走个U字形，爬到对面栈道上。坐滑索的人暴多，排队等待不说，光看别人勇敢地吊着滑过去，我还真没那胆量。

循水声自U形谷下去，十分钟后便到达谷底。见一木桥，桥下水流很大，很急，水声哗然。过木桥后，就是上坡的台阶了。毕竟久不爬山，没爬几分钟，就气喘吁吁。用了20分钟才爬到栈道处，早已汗流浹背。

栈道是用一块块木头搭在钢筋上，钢筋一根根嵌在峭壁上。走在木块上，很有弹性，比水泥台阶舒服多了。栈道的铺设也极有技巧，每走一小段，便转弯，盘旋向上，远看栈道很像直立在峭壁上的盘山公路。而且每爬个十来分钟，便有一个供游人休息的亭子，非常人性化。

一开始爬栈道人还不少，到半山腰时候就寥寥无几了。这下倒好，耳边少了些聒噪。一路向上爬，对面的山一开始需仰视，继而可以平视，看云在山顶升腾，任山风吹鼓起我的衣裳，那种惬意不爬上来怎可体会？

心情愉悦，继续往上爬，倒是越来越轻松了。快到山顶时，见一大铜钟。无人，乐呵呵地连撞9下，钟声洪亮，响彻山野。那一刻，便觉天地人在钟声中融为一体了。

从山顶沿栈道，很快便下来了，下到来时的木桥处，喝一口山泉，清冽微甜，回望刚刚走过的栈道，夕阳映照下，仿佛镀了一层金，叫人生出一股暖意来。

自木桥处往前，沿峡谷，跟随溪流一路下行，走走停停，到达景区大门天已完全黑了。好在一路上倒也拍了不少的石头，学地质的嘛，关注点是不是跟别人不太一样呢？

天堂寨素有“东南第一清白地，山是本色水是源”，“踏遍黄峨岱，天堂水最佳”的美誉，21号游览瀑布群让我更真切地感受到了水的秀丽与神奇。

那天早起发现地面都湿了，想起夜里迷迷糊糊中听到的雷声，想必昨夜下了不止一场雨。山上越加云雾缭绕，走过小桥发现，河水流得更湍急了。

刚到景区大门，雨就哗哗地下起来。坐到终点站虎行地，检完票，鞋子已湿透，衣服也湿半截。雨伞雨披几乎无用。上行10分钟左右，从前方传来轰鸣声，待走近，一条白练展现在我们面前。这就是高71米、宽约8米的九影瀑了。

巨大的落差使得九影瀑下冲时发出震耳欲聋的声响，冲入潭中翻起白色的浪花，犹如朵朵洁白的雪花上下飞舞，有点理解什么叫卷起千堆雪了。水帘落在潭边的巨石上，溅起千万颗水珠，密密的像珍珠一样四处飞舞，腾起的水雾像云烟四处飘散。

本来还抱怨大雨给我们带来那么多不便，但雨中的瀑布，更大也更有气势了。这么一想，便觉自己幸运之极。

一路上行，惊喜不断。只见一道道瀑布开始伸展挂落。情人瀑恰似情人相依、互诉相思之情；泻玉瀑水流其上，滚珠泻玉；淑女瀑水流沿石壁形成曲线分明的三宽二窄，宛如身着长裙的少女在林海深处起舞；银弓瀑宛如弦拉弓满，蓄势待发。

瀑布群结束，大多数人都回头了。我们埋头继续上行，虽不都是台阶，但一直弓腰向上也很费力。到达吴楚关花了一个半小时。

吴楚关，顾名思义即为皖鄂交界处，自此处往南便是湖北。此时雨已渐停，俯视湖北的群山，云雾缭绕，轮廓时隐时现，很是壮观。

至此，2天的天堂寨之旅结束。

(合)医广[2016]第11-3-107号

合肥友好医院 耳鼻咽喉科

0551-64666688 合肥市徽州大道693号(原104医院)