



# 过年美食 寓意吉祥

猴年春节将至!论吃,咱山东是八大菜系之首——鲁菜的发源地,省内鲁菜又分胶东菜、济南菜、孔府菜,讲究着呢!咱山东的“年”过得很热闹,每年进入腊月二十六七,家家户户就开始蒸饽饽、做年糕、包饺子……各家年夜饭桌上,糖醋鲤鱼、四喜丸子、葱烧海参、红烧肘子、汤爆双脆等都是咱山东人的招牌菜。

□本刊综合

## 家的味道年夜饭 爱与亲情永不变

在咱老百姓心里,除夕年夜饭是最香、也是最真实的,每粒饭都充满了家的味道,每道菜都充满了浓浓的爱。或许各家的年夜饭会有所不同,但有两样东西是必不可少的,那就是鱼和水饺。鱼,谐音象征着年年有余;而饺子的形状像一个个的小元宝,一盘盘的饺子端上桌,象征着新年大发财,元宝滚进来的好兆头。在咱山东人看来,除夕夜做饺子馅也有讲究,要吃素馅饺子,预示着明年一年素静、平安。

“现在这生活好了,感觉日子过得也快了!这不,转眼又快过年了,每到这时候,我就想起自己小时候过年的情景。”家住宝华新区的李大爷说:“印象中的年是从腊八开始的,因为从腊八开始,全家老小就开始忙年了。特别是过了小年,大人们简直就忙得不可开交。年前家家户户忙着灌香肠、熏鲈鱼、酱牛肉、炖猪冻、蒸大饽饽、炸鱼、炸藕合、炸面鱼、炸萝卜丸子……忙活着制作的各种过年美食,能从前吃到年后。”



## 小菜卤煮蒸全鱼 讲究搭配巧制作

论吃,咱山东,要面,有亮亮拉面;要鱼,有糖醋鲤鱼;要鸡,有德州扒鸡;要饼,有沂蒙煎饼;要蛋,有东平湖鸭蛋;要肉,有广饶肴肉;要馍,有胶东大饽饽;要宴,有临朐全羊宴;要饭,有髯肉干饭;要粥,有济宁糊粥;要肠,有莱芜香肠;要汤,有单县羊汤……

但要说起年夜饭的凉菜来,也很讲究。一般是四道或六道,要有荤有素,还要清口,主要就是为当下酒菜。一般年夜饭,家家户户都会准备糖醋白菜心、黄瓜拌烧肉、香菜拌鸡丝、海米拌芹菜、油炸或卤煮花生米、黄瓜丝拌粉丝等凉拌小菜。

除了凉拌菜还有各种自制卤煮酱肉,或是一份卤菜拼盘。过去,很多人家过年前都会买个猪头或猪脸,或者牛羊肉,在家自己慢火酱卤。做卤菜,要配对了卤料才会好吃,一般卤料里都加老抽、大葱、尖椒、姜、八角、桂皮,每次卤完关火后东西都要在锅里浸泡一小时,这样才入味。

过年,鸡鸭鱼肉是必不可少的,那才丰盛嘛,而且吃鱼也很讲究,要有头有尾,所以一般会烹调一整条鱼,可以清蒸,也可以红烧,一般是红焖大黄花或清蒸加吉鱼。

## 吃素饺全年素净 做面食寓意吉祥

山东人过年,重头戏还是在那顿饺子上。一家子围着桌子和面粉、擀皮儿、包饺子,等候新年的到来,俗称“熬年”。在12点以前把饺子煮熟,待热气腾腾的饺子端上桌,便长了一岁,故此这顿饺子也叫“增岁饭”。

春节的第一餐,山东人吃的是饺子。讲究的是,山东人除夕夜吃的饺子,是素馅的,里面多是些白菜、豆腐之类,取来年“素净平安一整年”之意,而且煮饺子的水一定要比平时多放许多,来年日子好“绰绰有余”。如果饺子煮碎了,不能说“碎”和“破”,要说“挣”。

有些人会在饺子里包入钱、枣、栗子等。吃到红枣,意味着新一年能起早干活,勤劳致富;吃到栗子,就是新的一年能出大力,流大汗;吃到花生米,就能长命百岁;吃到钱,就能发财。不管谁吃到其中的哪一种,大家都衷心地祝贺。

吃完饺子,他们会在煮过水饺的锅子上摆上蒸格,上面放上豆腐(福)、年糕(高)、饺子(素),然后盖上锅盖,就是俗称的“压锅”,寄予了人们一整年的美好期许。

山东人的“年”过得很热闹,每年小年之后,家家户户就开始蒸饽饽、做年糕……饽饽多用大枣蒸成,大枣饽饽有九颗枣,小的只有五颗;年糕则以糯米为主蒸成,既粘又甜,取“年年高”的意思;元宝就是用面做成元宝的模样,大年三十把它放在箱柜里,取发财之意;“盛虫”是一种状如小笼的面食,大年三十把它放在粮屯、面缸里,寄寓来年五谷丰登。

## 丰富酣畅“过年菜” 年味代表“打酥锅”

如果要评选一道最能让人感到新年气息的过年菜,非山东的这道莫属,因为它的官称便是“过年菜”!就像山东人的爽朗、直白的性格一样,想必没有人记不住这道菜名。

鲁菜作为中国八大菜系之一,拿得出手的菜品也是数不胜数,糖醋鲤鱼、爆炒腰花、葱烧海参、糖醋里脊、九转大肠、奶汤蒲菜……无论哪一个,都有着响当当的名号。但真正能作为年菜代表的还得是这道平凡的“过年菜”。

这道菜的做法很简单、食材也很常见,就是将猪血、豆腐、猪肉、白菜、粉条等汇聚于一锅之内,加上各种家常调料炖起,简单而美味。过去的山东人生活不富裕,吃剩下的菜舍不得丢弃,便将它们重新煮在一起,于是便成就了这道“过年菜”。

等到除夕夜,在济南、淄博一带的年夜饭桌上,少不了一个酥锅做冷盘。这个“酥锅”称为“锅”,是因为它的烹饪过程是在一个大锅里,但成品只是切得很整齐的片状凉菜。山东人将大骨头、藕、海带、白菜、鲫鱼、豆腐、五花肉等多种食材放进大锅里一起调味、煮熟后,切片上桌,兼具酸甜咸各种味道。

## 自己动手做俩菜

## 酸甜可口又吉祥



### 糖醋鲤鱼 年年有余

材料:鲤鱼1条、糖、醋、番茄酱、生粉、料酒适量

制作:在鱼身两面划刀至鱼骨,横着片开鱼肉;将鲤鱼轻压到事先盛好的料酒中,让鱼肉在料酒中泡两三个小时;沥干料酒给鱼裹上生粉,垂起来稍加抖动到没有生粉往下掉落;将油烧至七成热,握住鱼尾,使两边鱼肉接触锅中油,微微张开定型,就可以关小火将整条鱼下锅油炸了;鱼炸熟后捞出摆盘,或是弯曲状的“鲤鱼跃龙门”,或是平直状的“一帆风顺”;往锅里加入两勺水到烧开,把约200克白糖放锅里煮化,放醋下锅,放入番茄酱,最后把少量生粉水加入勾芡成糖油,把糖油淋在装盘的鲤鱼上,这道色泽金黄、外观酥脆的糖醋鲤鱼也就完成了。



### 油焖大虾 红红火火

材料:大虾5只、姜10克、油30克、盐2克、糖30~50克、料酒少许

制作:大虾处理干净;姜去皮,切成细丝;油入锅加热放入姜丝煸炒至香气散出;将大虾放入热油锅中小火煎,轻轻拍打大虾脑袋,让虾油渗出来;约3~5分钟,待虾壳变红变酥,将大虾翻过来继续小火煎另一面;加水漫过大虾大半个身子即可,改大火盖锅盖烧开后加糖、盐,盖锅盖继续大火焖至汤汁变黏稠后用铲子慢慢翻动大虾,收汁儿起锅。