

暑期特别报道——舌尖解暑 我来出招（十）

“凉虾”不是虾 让你爽滑一夏

出招人：穿山东社区世纪新城居民陈永慧

解暑功效：凉虾，又叫“米凉虾”，是一种用米浆等做成的特色小吃，因头大尾细形似虾，故而得名，取“凉夏”之意、虾之形。在云贵川等地，夏天一到，经常看到大街上出售乡镇凉虾。炎炎夏日，一碗凉虾下肚，糯糯冰冰、滑滑溜溜很爽口，令人神清气爽，疲惫感顿消。在旅游的路上吃了一碗凉虾之后，陈永慧决定学起来，让亲朋好友们一同感受夏天的清爽。

1 书店老板爱上美食制作

今年48岁的陈永慧老家在防城港，1994年，她作为委培生来到广西师范大学学习进修，毕业后回到老家防城港当了3年的英语老师。后来，为了爱情，她选择到桂林生活。“到桂林后，要重新找工作，经过层层考试，我成功入职一家出版社的下属单位。”陈永慧说。出版社改革后，她选择下海，成为了一名书店老板。

陈永慧温文尔雅，热爱读书，她认为生活应该有滋有味，自在从容。因此，她的书店除了卖书，还特地留了一个区域，用来制作、品尝美食。陈永慧制作的美食很少对外销售，大多是亲朋好友到店一起品尝。

说到对美食的热爱，陈永慧不得不提到她的老家。“我是家里的老幺，有两个哥哥姐姐，每次回老家，我只负责吃。”陈永慧笑着说。热爱美食也是受到哥哥姐姐的影响，尤其是大姐。大姐特别爱做菜，粤菜、湘菜、川菜等，她都愿意尝试，制作的菜品美味可口。“年轻的时候，回家只负责吃，现在想多学点手艺，回家之后做给哥哥姐姐们吃。”陈永慧说。

其实，在早些年，为了经营书店，辅导女儿学习，陈永慧在吃的方面敷衍了事。后来，女儿考上了大学，又考研成功，自己有了更多的时间，除了四处旅行，就是学做美食，多做美食，尽量满足自己和家人的味蕾。

结识“四川凉虾”，是在一次云南之旅。“女儿考上大学之后，我们夫妻两人的时间自由了，经常来一场说走就走的旅行。”在旅途中，她和丈夫不仅记录风景，也品尝不同的美食，感受不同地域的特色美食。有一次在云南旅游时，天气特别热，他们在路边尝了一碗四川手工凉虾，觉得非常清凉爽口，很有解暑功效。“那种爽滑的感觉，我依然记忆犹新。”



↑陈永慧在制作“凉虾”。（受访者供图）



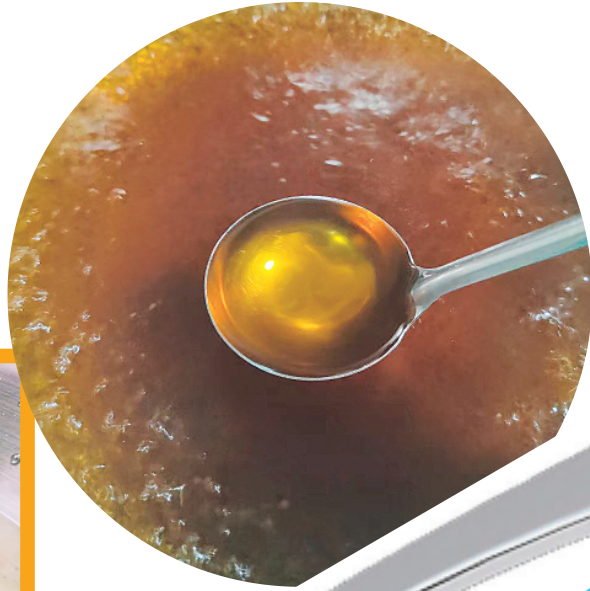
↑陈永慧做的斑斓手工“凉虾”。（受访者供图）



↑新鲜出炉的手工“凉虾”。（受访者供图）



↑好友相聚，少不了爽口的“凉虾”。（受访者供图）



←陈永慧熬制的红糖水。



↑陈永慧做的各种手工“凉虾”。记者韦彦青 摄



↑配上芒果的“凉虾”。（受访者供图）

2 努力自学成为“行家”

近几年，只要时间允许，陈永慧便努力把记忆中的美食变成现实。旅游回来之后，关于“四川凉虾”的制作，陈永慧查阅了很多资料。“网上的视频制作看似简单，但实际上很多工序上的细节讲得不清楚，我试了很多次，才成功。”陈永慧说。

传统凉虾是用大米磨浆制作，陈永慧现在经常是用其他粉料，做出特色品种。她说，凉虾的制作过程中，水的比例、熬制的过程都十分讲究，稍不留神，就容易失败。失败的结果通常是没有出现虾形，要么熬得太浓稠，要么太稀。陈永慧总结了自己的制作经验。首先，要准备一壶凉白开，就是把烧开的水冷却之后放进冰箱。其次把豌豆粉、金槐粉各取一两，加100克的水，搅拌均匀。豌豆粉、金槐粉、斑斓粉等材料可网购。接着，在锅中加入750克水，烧开后，把搅拌均匀的金槐粉和豌豆粉倒入。需要特别注意的是，要一边倒一边不停地搅拌，大概10分钟后，可将原料煮熟。将煮熟的原料倒入漏勺，漏勺底下放置冰镇好的凉白开。

陈永慧表示，刚开始没有经验，熬出来的粉浆太稠，连漏勺都过不了。有时候粉浆太稀，经过漏勺后没有形成虾尾的形状。经过多次摸索，她终于摸索出了熬粉浆的水和原料的比例，这样才能顺利通过漏勺，并形成虾尾的形状。

“外面有专门制作凉虾的漏勺卖。”陈永慧说。把粉浆全部做成凉虾后，可根据个人口味加糖水。陈永慧习惯自己熬制糖水，成块红糖放入锅中慢慢熬制。熬好的糖水经过冰镇后，加入做好的凉虾，口感很棒。

金槐粉做出来的凉虾是黄色的，斑斓粉做出来的凉虾是绿色的。陈永慧还喜欢加入芒果、火龙果等，体验不一样的口味。她说：“我想再研究出多种颜色、多种口味的凉虾，让炎炎夏日更有食欲。”

3 美食相伴 生活更美满

如今，陈永慧和爱人的时间更加充裕了，制作美食成了闲暇时的主要爱好。“这份爱好，也是我的精神寄托，用心制作出的美食，也可以提高家里的生活质量。”

翻开陈永慧的朋友圈，可以看到她经常打卡桂林的美食店。每个月她都会约上几个亲朋好友去品尝不一样的美食。“吃到好吃的食物，我就会认真研究，把它变成自家餐桌上的菜品。”陈永慧说。

每每制作成功甜点、甜品等美食，她都邀请闺蜜们一起品尝，甚至做好了给闺蜜们送过去。“做凉虾是最费神的一件事，当时失败了很多次，老公还劝我放弃。”陈永慧说。今年夏天，陈永慧已经成功制作了多次手工凉虾，她给亲朋好友们装杯送过去，有时候也在聚会时当成“惊喜”。

现在，邻居们也都知道小区里有个美食达人，不少人还特地在业主群里请她多做一些，说是吃过一次就很难忘记。

记者韦彦青



街坊故事讲不完
留住社区人情味
热线电话 2834000