

◀ 上接06版



↑梁玉萍正在拌粉。



↑梁玉萍自制的桂花糖。



↑梁玉萍自制的酸梅和山楂茶。

2 制作酸甜凉拌粉的材料并不复杂

梁玉萍以前从事检验相关工作，因此对剂量的把控比较严格和到位，她制作出来的美食也拥有良好的“品控”。

记者来到梁玉萍家中时，她已经把制作酸甜凉拌粉的材料全部放到了餐桌上，这些调料并不复杂，有陈醋、米醋、一品鲜酱油、芝麻香油、叉烧、花生、蒜、红椒、青椒、白砂糖、黄瓜丝、米粉。

在这些材料中，黄瓜丝和叉烧比较特别一些。“黄瓜一定要买当天的，最好选用本地黄瓜，口感更脆，瓜味也更香一点。”

叉烧作为酸甜凉拌粉的“灵魂”，梁玉萍一般会自己制作。她说，自制叉烧的第一步就是选肉，一般要选择五花肉来制作五花叉烧。选好肉以后便是最关键的步骤——腌肉，需要放姜、葱、蒜、生抽、白糖、盐、三花酒进行腌制。

以制作一斤叉烧为例，腌肉时需要放5g盐、一勺（正常铁勺）生抽、一勺半糖、一勺至一勺半的高度三花酒、葱姜蒜适量。用手抓好以后，把腌肉用的容器用

保鲜膜封口，放入冰箱里冷藏两个小时即腌制完毕。

腌完以后，需要将整块肉蒸熟（大火大约蒸10分钟），蒸完后将水滤干放入油锅油炸，油炸至金黄色出锅，最后刷上一层薄薄的蜂蜜。“刷好蜂蜜以后就可以吃了，刚炸完的时候是最好吃的。”梁玉萍说，如果怕麻烦，当然也可以直接到烧卤店里买现成的五花叉烧。

各类材料准备完毕，就到了拌粉的环节，醋可以选择白醋或陈醋，也可以选择两种混合，按照梁玉萍的口味，她习惯使用白醋来拌。

以一坨二两米粉为例，梁玉萍一般会放半勺糖、一勺一品鲜生抽、大半勺醋，叉烧、花生、黄瓜丝、蒜、辣椒、香油都可以根据自己的口味适当放入，最后把这些材料和米粉拌匀，一份酸甜爽口的凉拌米粉就做好了。“在吃第一口的时候可以感受一下味道够不够，如果不够，再根据自己的口味增加糖、生抽、醋的用量。”梁玉萍建议道。

3 用心制作美食收获无数点赞

梁玉萍非常喜欢做菜，看着家人、朋友都那么喜欢自己制作的酸甜凉拌粉，她就更有动力了。“我们家里夏季消暑的美食还真的不少，除了凉拌粉还有酸梅汤、山楂茶、凉粉、马蹄糕，每一种美食都经过了多次改良研究，才有了现在的口味。”

酸梅汤使用的酸梅是梁玉萍自制的酸梅，这也是很多平乐人家里的常备美食。每年4月清明节前后，本地的青梅果开始成熟上市，梁玉梅就会到市面上购买一些回来。

“把青梅洗干净，晾干水后就可以装进玻璃罐或者瓦罐中密封。”梁玉梅介绍，基本上是按照“一层青梅一层薄盐”的方式去铺，铺到四分之三（大半瓶）左右，就可以将瓶子密封。“第一周需要放在太阳底下晒一周，之后就可以拿回家在阴凉的地方放置。”

大约3个月后，在盐的作用下，青梅就腌渍完毕，能够看得到罐子里有许多青梅汁。当然，腌渍时间越久酸梅的滋味越浓郁，梁玉萍制作的酸梅汤一般会选用泡了一年以上的梅子。

制作时，将3个梅子取出、压烂，放

50g-70g的冰糖或者白糖，再放1000-1200ml的水将其煮沸，一份酸梅汤就制作完成了，冷却后放入冰箱冷藏，喜欢吃薄荷口味的还可以去买一些可食用的薄荷油滴进去，开胃又解暑。

在酸梅汤的冷却过程中，梁玉萍会加入自制的桂花糖，这也是她的酸梅汤与众不同之处。桂花糖的制作也是铺“一层桂花一层白糖”，如果是按照小瓶豆腐乳瓶子的量来制作，桂花大约也要铺到大半瓶，加入30-50g的高度三花酒，最后把瓶子密封放置，同样需要至少3个月的时间才能制作完成。

马蹄糕选用的是平乐产的马蹄粉，按照包装上的制作方法就可以做成晶莹剔透的马蹄糕。有时梁玉萍会加入火龙果、芒果或者西瓜汁，让马蹄糕口味变得更加丰富。

夏天每次出门郊游前，梁璐璐都会让母亲帮忙制作酸梅汤、马蹄糕，带出去和朋友们分享。“我妈就是一个喜爱分享，喜欢把快乐带给别人的人，这些用心制作的美食，收获了无数点赞，我也感到特别骄傲。”

记者林扬 文/摄

