

老字号马家大爷

“花样菜谱”让冬季更添温馨

本报记者 齐云霞

冬季,南方的进补食材以鸡肉、鸭肉、鱼肉为主,而在北方的饮食文化中,牛肉、羊肉是餐桌上不可或缺的滋补食材。日前,老字号马家大爷牛肉面以冬季养生进补为主题,汲取传统冬令饮食文化的美味精髓,新增了不少具有怀府特色的冬季新菜品,不但饱含了对“冬”的解析,更体现了焦作地方饮食文化的深厚。

小雪已过,大雪将至,天气渐寒,正是进补的好时节。此时节的美食,总能给人带来一种特别的温暖,暖胃又暖心。“近段时间,我们新推出了具有老怀庆府地方特色的冬季美食——清化街私宴杂拌王、怀府热拌牛肉、功夫套肠、西中道竹荪炖牛排、清化街十全大补至尊煲等十多道冬季新菜品。”该店负责人说,他们希望这些珍馐在寒冷冬季令人暖意融融,让大家品味地方美食,吃出健康。

品清化街水席,知怀庆府味道。怀庆府美食散落在民间各处,很多出现在并不显眼的地摊儿、大排档中,虽然美味有特色,却难登大雅之堂。近年来,马家大爷牛肉面董事长王军和团队致力于挖掘、整理、研发怀庆府的各类特色美食,希望将传统美食文化传承下去,把胡同里的地方特色美食进行挖掘、研发、提升之后,将它们搬



进具有时尚气息、环境幽雅的殿堂,让更多人在这里品尝到营养、绿色、健康、卫生的怀庆府传统美食。

冬季食谱是与季节美味的相逢。该店选用当季鲜蔬与肉类,将经典与创意融合,滋养身心。羊肉,健脾温中、补肾壮阳、益气养血。采用传统工艺制作出来的羊肉香气浓郁,肉酥而不烂,口感鲜而不腻。牛肉,富含优质蛋白质,是构成人体免疫系统的重要物质。经常食用牛肉有助于增强免疫力、提高身体抵抗力、减少感冒等常见疾病的发生,牛肉还可促进肌肉生长、补血养血、促进消化吸收等。竹荪,具有生津止渴、清肺化痰、降低胆固醇的功效,作用为补充营养、增强免疫力、健脾益胃等。



此次上新的这些具有怀府地方特色的美食,与各类时令蔬菜搭配,不仅口感独特,而且还能全面补充各类营养物质,增强体质,在寒冷的冬天暖胃又暖心。

美食是人们感知当地历史和文化的的重要途径,为文旅增添丰富的文化魅力,而美食旅游已成为地域文旅发展的新品牌。本土美食不仅需要有心人去挖掘、提炼、传承,更需要去创造。王军希望在探索本土美食元素、旅游融合中不但能为店里拉动旅游消费,还能打响马家大爷牛肉面的本土美食品牌。

图① 西中道竹荪炖牛排。

图② 清化街十全大补至尊煲。

本报记者 齐云霞 摄



山哥餐饮农家炖菜:冬日里的烟火气

本报记者 齐云霞

“素菜一份10元,送两个馒头或一碗米;荤菜最高29元一份,盛菜的师傅手根本不会抖。”近段时间,位于和平东街山阳区消防救援大队斜对面,一家新开没多久的“山哥餐饮农家炖菜”因质优、价廉、味美而爆火,不少吃货从远处专程赶来,只为一品这街头的美味,感受这冬日里升腾的烟火气。

进入农历十月,天气逐渐转凉,人们手中的冷饮变成了热饮。餐桌上,热气腾腾的炖菜成了人们的最爱。北方的冬季,万物皆可炖。此刻的炖菜,不仅仅是美食,更是蕴含着丰富养生智慧的文化遗产。

57岁的姬广军曾从事餐饮行业多年。在近年越来越卷的餐饮行业中,他在不断思索后,决定另辟蹊径。今年,他在和平东街租了一间小门面店,和妹妹一起开起了这家炖菜店,店里并没有桌椅,采用的是餐盒打包外带。

这家店是典型的“苍蝇馆子”,门脸很简陋,没有什么装修,最引人注目的就是门口那一排色彩亮丽的红色保温筒。姬广军现炖烩菜,炖好的烩菜很快就销售一空,卖完一锅接着做另外一锅。“烩菜分素的和荤的两种,素的一份10元,荤的稍贵一点儿。另外赠送两个馒头或一份米。”姬广军说,但菜的份量绝对让大家满意。烩菜的营养价值很全面,各种食材汇集在一起,有汤有菜有肉,热乎乎地吃进肚子里特别舒服,特别是

现在气温下降后,吃烩菜的人就更多了。

11月26日11时,和平东街上,不绝于耳的叫卖声伴随着街头的喧闹声,散发着浓浓的生活气息。朔风渐起,寒意渐浓,市民冬日美好生活图鉴悉数展开,有滋有味且热气腾腾,延续着一如既往的融融暖意和无限活力。

食物总能唤起人们对生活的热爱。此时,该店门前几张拼接而成的一排桌子上,八九个保温筒一字排开,不少人围在这里,挑选着自己喜爱的炖菜品种,姬广军与顾客打着招呼,有说有笑,充斥着打破冬日沉闷的热闹与生气。

“从今年9月开店至今,我们已经收获了一大波铁粉,不少熟客几乎每天都会光顾。时间一长,大家都成了熟人。他们来了,都会和我们打招呼、开开心心,令人非常开心。”姬广军说,他也会在网上传些视频,看到或听说的人,会从中站区、马村区、高新区等处开车赶来,打包几份炖菜回家,就为尝尝鲜。

该店主要有烩菜、排骨、把子肉、黄焖鸡块等,炖菜的菜品会根据销量进行调整。“大家喜欢吃的就会一直保留,销量差的炖菜我们会及时调整,换上新的菜色。”姬广军说,该店主打的就是让百姓检验菜品的质量。

该店只做午餐,每天10时30分开张,至13时许关门。“我们每天6时就要到店里

准备,因为很多炖菜需要慢火熬炖,时间短了人不了味,肉也会欠火候。”姬广军说,既然做菜,就要保证菜的品质,让大家满意、爱吃。

“这家店刚开业的时候我就开始光顾,家人都喜欢吃,而且价位也不高。从那以后,我几乎天天到点就来买几份炖菜回去,这样也省我做了,非常方便。”正在挑选炖菜的刘女士乐呵呵地说,时间久了,她就和姬广军熟悉起来,没事就聊两句,非常开心。

看着他们亲切地聊天,温馨的画面伴随着阵阵暖意在这冬日里不断涌动,让人感受到生活中的惬意与温暖。

图① 红烧肉。

图② 把子肉。

图③ 排骨。本报记者 齐云霞 摄

《寻味焦作》

栏目支持:焦作市丽源家政服务有限公司

主要承接:餐饮与住宿服务人员岗前培训与安置、保洁和托管保洁、外墙清洗、门头招牌清洗、地面防滑、管道及阀门安装和更换、中央空调维保及空调清洗与维修、厨房清洗和设备维修、管道疏通、防水堵漏、保姆月嫂护工等业务。

联系人:朱先生

联系电话:15939187729



打造健康美味
百姓饮食指南

主编:陈东明

新闻热线:

15893090301

监督维权热线:

18639136028



扫码关注焦作日报抖音号