

炎炎夏日 来一杯自制冰品

懒人版冰淇淋

【食材】淡奶油200克、纯牛奶50克、鸡蛋2个(只需要蛋黄)、白糖50克、柠檬汁或白醋少许、盐少许。

步骤

- 1、将鸡蛋的蛋白和蛋黄分离开,只需要蛋黄部分。把50克白糖放入蛋黄里,加入几滴柠檬汁或者几滴醋,搅拌均匀,直到蛋黄液颜色变浅黄色即可。
- 2、把纯牛奶倒入小奶锅加热,直到牛奶热到表面冒泡泡即可关火。趁热把牛奶慢慢倒入打好的蛋黄液,一边倒入一边快速搅拌。
- 3、然后再把这个蛋奶液倒回小奶锅,加入一点点盐。开小火加热,一边加热一边用筷子快速搅拌,直到液体微微煮开,即可关火。放凉待用。
- 4、把打发好的淡奶油倒入放凉的蛋奶液里,搅拌均匀。
- 5、把混合好的冰淇淋液倒入容器里,放入冰箱冷冻室,冷冻三个小时以上,加入喜欢的干果即可。



西瓜冰淇淋

【食材】西瓜300克、牛奶200毫升、蛋黄两个、白糖20克。

步骤

- 1、西瓜瓤用勺子挖出,用榨汁机将西瓜瓤搅碎,滤出西瓜汁备用。
- 2、将所需的牛奶、蛋黄、白糖倒在一起,搅拌均匀。
- 3、拌好的蛋奶糊放在火上加热,期间要不停搅拌以免煮成蛋花或粘锅,小火煮至黏稠状即可关火放凉。
- 4、将西瓜汁倒入放凉的蛋奶糊。
- 5、放冰箱冷冻,期间每隔1小时取出搅拌,搅拌四次即可。

香蕉慕斯

【食材】香蕉一根、猕猴桃两个、酸奶200克、蜂蜜、燕麦适量。

步骤

- 1、把香蕉、猕猴桃切块放入榨汁机并放入熟燕麦。
- 2、加蜂蜜、酸奶榨汁。
- 3、倒入容器内,放入冰箱冷藏半小时即可,可根据个人口味加水。



麻糍 停不下的香糯

记者 吕晓婷

麻糍成品洁白如雪,香甜可口,食后耐饿,是永康传统风味小吃之一。民间建房、种田和农历七月半时,几乎家家户户都要食用。

花甲老人做了40多年的麻糍

在田宅村有一户传统‘麻糍’的制作世家,传承至今已有上百年的历史。主人是一位花甲老人,叫田章勇。

田章勇介绍,旧时,上山下田或远行,都会带些麻糍,饿时配上几口冰凉的山泉水,既能饱腹又能止渴,还有防止中暑的功效。

“最早做麻糍的是我的爸爸,小时候我们兄弟五个都在爸爸身边学做麻糍,后来都改行了,只有我一个人还在做。”田章勇说,他这一做就是四十多年。

做麻糍成了田章勇每天必不可少的事情,做好后,早上6点骑着三轮车,一筐麻糍,一盒馅料,到邻村叫卖。“一天做多少,不固定,今天事多,就少做点,闲时就多做点。”也有亲友劝他改行,但他就是舍不得这份老手艺,就一直这么坚持了下来。

好麻糍要经得住‘打’

“麻糍选料十分讲究,用的都是东北糯米,一点也不能掺杂,以免影响口感,也只有这样,做上来的麻糍黏性更强、弹性更好、嚼劲也更Q。”田章勇介绍,“制作时,先将糯米浸泡12个小时,再把其放到蒸桶里去蒸。把握火候,将糯米饭蒸熟、蒸透。”

“上好的麻糍要经得起打”。只见田章勇把蒸熟的糯米放进石舂中,抡起石杵开始打麻糍。他与老伴儿两人默契配合,一人翻拌糯团,一人挥动石杵用力的捣打,节奏很均匀。田章勇说,他们家打出来的麻糍又细又糯又匀,关键就在这一步了,打的力道、将糯团配合速度都大有讲究,他们这个捶打的技术都是几十年时间练出来的。

十几分钟后,麻糍打好,田章勇在洗净的竹筛箕上涂上一层蜂蜡,双手也抹匀蜂蜡油,使手掌润滑,这样做是为了不粘手。并趁热将整团麻糍揉捏成一个乒乓球大小的团子,等麻糍凉后,裹上黑芝麻、红糖。

段历史,也承载着这些味道

每个永康人的记忆中

或是儿时最爱吃的大雅之堂的

或是每个味道背后或是

这味道在大街小巷下愈

都是——

总

扫一扫加入美食群

地风味