

云南好食光

虽无严寒，却有冬味。入冬后，云南人发挥制作美食的智慧，将应季的食材或转化为限定美食，或做成难得的滋补佳品，热乎的、辛辣的、咸香的……在四季流转中，品味生活的充盈。

“牛扒烩”地道暖身

一碗热气腾腾的“牛扒烩”，是刻在德宏人骨子里的记忆，这滋味，从日常的清汤牛肉早点上能窥见一二。同样是熬煮的牛肉，经过胡椒、花椒、糊辣椒等香辛调料的加持，“牛扒烩”的滋味更加浓郁。喝一口冒着热气的汤，舒服劲儿瞬间贯通四肢百骸，这便是最地道、暖身的德宏味道。



“竹米煮鸡”软糯清香



若在冬季走进德宏的傣人家，可能会吃到一道山间珍味竹米煮鸡。竹米尤为难得，外表有褐色斑点，自带一股独特的清香，与放养的本地

土鸡同煮，竹米吸饱了鸡汤的鲜美，变得软糯弹牙，同时释放出独特的清香，完全渗入鸡肉的每一丝纤维里，令人垂涎三尺。

“锅子”鲜香浓郁



有人说，“在梁河，没吃过这口锅子，冬天就算白过了”。在德宏梁河，一锅地道的锅子是入冬的仪式，芋头、酥肉、泡皮层层垫底，土鸡、火腿、蛋卷依次码放，高汤缓缓注入，炭火在下方不急不躁地煨着，各种食材的滋味在慢炖中相互渗透，最终融成一锅醇厚丰腴的美味。吃到最后，锅底食材滋味愈发浓郁，令人欲罢不能。

各色腊味咸香诱人



冬季，德宏家家户户的屋檐下，渐渐挂起了琳琅满目的腊味，空气里都飘着淡淡的咸香。主妇们忙着腌制过冬的菜肴，青菜变成酸爽的腌菜，豆腐在时间的魔法下，转化为风

味独特的豆腐乳，嫩白萝卜在陶罐里静静发酵，酝酿出开胃的酸脆。最惹眼的是那一串串带着“雪花”的腊肠，在冬日暖阳与微风中慢慢风干，成为冬日待客的佳品。

“百香果凉拌米线”清爽开胃



谁说米线只能热着吃？快来红河金平解锁一道超清爽的米线神仙吃法——“百香果凉拌米线”，做法简单，一看就会，吃起来酸甜开胃，停不下筷。米线煮至软硬适中捞出后过凉，Q弹爽滑，加入一整颗新鲜百香果肉，果香爆炸、酸甜沁心，搭配小米辣、蒜末、芫荽、柠檬，加入少许冰块，再淋上秘制酱汁（生抽+芝麻油+一点点糖），还可以根据个人喜好，加入花生碎、肉酱等配料，层次感直接拉满！一口下



去，先是百香果的热带风情在舌尖跳舞，接着是微辣回甘的酱香包裹着每一根米线，最后是脆脆的花生碎带来惊喜口感，一瞬间整个味蕾都被唤醒了！

本版文图 据掌上德宏、云南红河发布