

邵大侠私房菜

桂花糯米藕 吃出舌尖上的江南



□记者 陈佳玲

记者跑遍了大宁,找到了一位喜欢美食的“邵大侠”,无论是天上飞的、河里游的还是地上跑的食材,没有他不会料理的。上海菜、粤菜、川菜、西餐、甜点、家常菜……无论何种菜式,他都能做得色香味俱全。

“邵大侠”今年70岁,住在新梅共和城。他“混迹”美食界数载,祖上曾经营西餐厅。他经常教邻居朋友们做菜,大家也喜欢到他家蹭饭。

他说:“厨师的手艺,是不外传的。我喜欢做菜,做菜对我而言是一件美好的事情。”“邵大侠”喜欢做菜、钻研美食,对下厨充满热情。

本期美食:桂花糯米藕

本期“邵大侠”教大家做的是江南地区特色传统名点——桂花糯米藕。

桂花糯米藕,又名蜜汁糯米藕。取优质糯米灌入莲藕中,加入桂花蜜调味,小火慢慢熬出藕红,可谓是一道“色香味俱全”的江南美食。桂花和蜂蜜的香气散发开来,整个厨房都能闻见香味。未使用完的糯米加入锅中,熬出的桂花藕粥,香甜宜人。“煮糯米藕时,加入桂花蜜,是为了让桂花的芳香味道浸入到藕里。”邵大侠说。

藕有清凉解暑的功效,适宜夏日食用。煮好的藕盛出切片,玛瑙般的藕片中间夹杂着雪白的糯米,颜色颇为好看。装盘时,可再淋些桂花蜜,增添色泽。

● 食材

藕、糯米、桂花蜜

● 小贴士

- 1、为方便将糯米灌入藕孔,糯米在清洗后需晾干。
- 2、煮藕的水不宜过多,没过藕即可

● 记者点评

莲藕脆嫩,糯米饱满圆润,嘴里满满的桂花清香。

● 制作方法 ●

-1-

取200克糯米清洗干净,沥干水备用。三段老藕清洗干净,可去皮。



-2-

挨着藕蒂切去一小段的藕当盖子,将糯米塞进藕孔,可边塞边拍,也可用筷子轻轻塞紧,一直到塞满所有的藕孔;盖上切下来的藕盖子,然后用牙签固定封口。



-3-

凉水盖过藕,倒入150克桂花蜜,甜度可依据个人口味调整。若糯米未使用完,也可以倒入锅中,煮成桂花藕粥。



-4-

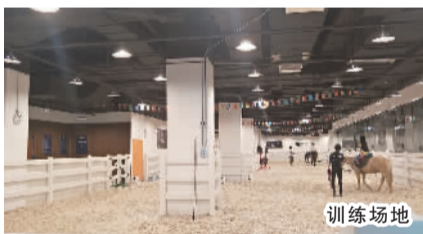
高压锅煮90分钟,晾凉后切片装盘。



协信星光广场新开马场褒贬不一

□记者 陈佳玲

近日,记者接到市民反映,位于江场路的上海协信星光广场南里B1楼新开一家名为“杰的牧场”的马场,商场内弥漫着“马粪”的臭味,十分影响购物体验。



训练场地

商场以餐饮和亲子业态为主

协信星光广场以零售、餐饮、儿童、生活业态为主。餐饮主要分布在一、二楼。杰的牧场开在协信星光广场南里B1层(负一楼),今年6月上旬开业,占地面积约1000平方米,内有马房,养有13匹马。负一楼除了马场,还开有几家奶茶店和玩具店。

记者跨入商场一楼,就闻见了一股奇怪的味道,越靠近一楼正中心的扶梯,味道也就越严重。乘电梯抵达B1楼,整层都能闻见马粪的味道。马场一侧采用了玻璃装饰,可以清楚看见里面的情况。当时,场内还有2位孩子正在训练。工作人员会及时清理马场内的马粪。

记者看到,每一个马厩都安有风扇,且处于开启状态。牧场工作人员告诉记者,他们每天会给马洗澡、梳毛;马的排泄物等每天都有专人过来运走。但夏季天气炎热,动物身上还是会有一些味道。

从记者亲身体验来看,B1楼、一楼、二楼味道都较为严重,三楼能闻见轻微的味道,中心扶梯处味道较为刺鼻。

有顾客多次向商场投诉

记者采访了商场10家店铺,多家店铺表示马场的味道太重,影响了自己的生意,有几位顾客多次向商场投诉。从采访情况来看,商场里的餐饮店对“马粪”味最排斥,一楼商铺受到影响程度最为严重。

“一楼味道特别大,从负一楼上来感觉都

要吐了;日常走自动扶梯的人现在也不走了,店内这个月营业额特别差。”一代眼镜店靠近扶梯边的门处于关闭状态,面对营业额的下降,店内员工如是表示。

大姐港式茶餐厅员工告诉记者,他们店内有一位VIP顾客,觉得这个气味特别难闻,严重影响用餐环境,要求商家退款。“马场放到负一楼有点不可思议,空气肯定不流通。”KOI奶茶店的员工说。“要是商场一直这个‘味’,可能会失去一些老顾客。”二楼多家餐饮店表示,来协信消费的顾客对用餐环境都有一定的要求。“本来顾客都已准备报名,但因为商场太臭就不报名了。”三楼的一家儿童店老板无奈地说道。

多数顾客不能接受商场里有异味

记者也采访了商场里的多位顾客,其中有的顾客表示目前还未受到影响,但多数顾客还是表示味道严重,希望商场能处理好这个问题。

“太臭了,弄得整栋楼都臭了。”住在附近的张女士,定期会带孩子到商场三楼上课。“开马场没有什么不好,但马场至少装个排风系统把味道排除啊!”

当日有一位女士带孩子在B1楼玩具店区域游玩,她告诉记者,她家孩子对这个味道不是很反感,“但上次邻居家的孩子一进商场就捂着鼻子,希望赶紧离开”。

商场开设马场引来热议,记者还将持续关注此事。

AMG 影城

海上明珠

7月-8月甄选影片

7月23日	灰猴	中国大陆
7月25日	小Q	中国大陆 / 中国香港
7月26日	哪吒之魔童降世	中国大陆
7月26日	巴比龙	美国 / 捷克
7月26日	跳舞吧!大象	中国大陆
8月2日	沉默的证人	中国大陆 / 中国香港
8月2日	冰雪女王4:魔镜世界	俄罗斯
8月2日	友情以上	泰国
8月2日	鼠胆英雄	中国大陆
8月2日	梦想之战:踢球吧阿妹	中国大陆
8月7日	使徒行者2:谍影行动	中国大陆 / 中国香港
8月9日	上海堡垒	中国大陆

哪吒之魔童降世
上映日期: 2019年7月26日
导演: 饺子
主演: 吕艳婷 / 囧森瑟夫 / 瀚墨 / 陈浩

鼠胆英雄
上映日期: 2019年8月2日
导演: 束焕 / 邵丹
主演: 岳云鹏 / 佟丽娅 / 田雨 / 袁弘 / 韩童生

使徒行者2:谍影行动
上映日期: 2019年8月7日
导演: 文伟鸿
主演: 张家辉 / 古天乐 / 吴镇宇 / 姜皓文

/ 大宁音乐广场店 / 万荣路777号大宁音乐广场A座
021-61670520