

豆腐是这样“炼”成的

——信阳炕豆腐的故事



公元前 122 年,汉武帝征讨淮南王刘安,要刘安自裁。十万火急之际,一个和刘安容貌特征相似的门客冒充刘安,拔剑自刎身亡,刘安本人则和相随术士、家人逃至大别山下的义阳(今信阳)隐居下来。

从此,刘安一头钻进大山,苦心炼制长生不老丹,日复一日,随遇而安。有时,黄豆也会成为他们的主食。刘安十分孝顺,经常用煮熟的黄豆孝敬老娘。看着老娘咀嚼困难的样子,便想法将黄豆磨碎,用布过滤后留下豆渣自己吃,将豆浆献给老母亲喝。

这一年,刘安和相随术士、家人辗转至鸡公山北二十里的一座小山边,看到一种寒水石矿,于是搭棚扎营研究炼丹方法。这天,刘安煮豆浆时顺手将一种寒水石放进火中煨烧,这时豆浆也烧开了,刘安便将寒水石和余火从锅下扒拉出来,将烧后的寒水石在锅边石块上研磨。不料一阵风来,将寒水

石沫吹到了烧开的豆浆锅里,刘安急忙用勺子去舀,哪能舀得起来,反而将寒水石粉末均匀地搅进了豆浆里。不一会,豆浆凝结成了豆腐花。刘安尝了一下,竟然十分鲜嫩!刘安大喜,不用说,这豆花又是他献给老娘的珍饈。

过几个月,刘安想:干脆把水滤出吧。便找了一块布,用个篮子垫在下边,将豆腐花倒进去,但是水渗的太慢,刘安又将布的四角对扎起来,上边放了一块木板,用手挤压,豆花里的水分流出的稍微快了一些,但人却累了。这时,刘安灵机一动,搬了一块石头压在上边。过了两个时辰,刘安看到包布矮了一截,打开木板一看,豆腐花不见了,包布里只剩下一大块白如玉石的固体,用手抠一块放到嘴里一尝,味道美极了。这应该是历史上的第一块豆腐吧!

随后几年,刘安接连从黑龙潭、浉河港、杨柳河、游河等地辗

转。有一次,豆浆包已经压成了豆腐,刘安看着锅底的余火,嘴里嚼着从锅中铲出来的豆浆沉渣锅巴。锅巴的焦香使他灵机一动:何不将豆腐也炕炕试试?刘安将豆腐切成片摆进锅里,炕得两面发黄,再一尝,味道与新鲜豆腐别具一格。刘安又用嵇将炕好的豆腐煮了一锅,大家尝后纷纷拍手叫绝。

后来,刘安仙逝。葬刘安时,随从们煮了豆腐汤宴请帮忙的百姓,百姓都对豆腐的味道赞赏不已。从此丧葬吃豆腐被义阳人叫“喝豆腐汤”,延续至今。当地一些百姓还根据季节不同,做出黄心菜炕豆腐等不同菜肴,炕豆腐逐渐成为信阳百姓常吃的一道特色地方菜。(张旭)



信阳菜

炕豆腐



作为养生家常菜,炕豆腐的做法简便快捷,正因为是人人都做,才更考验大厨的水准。一道色香味俱全的炕豆腐可是咱信阳人饭桌上不可或缺的营养美食。

选料:当地所产黄心菜(根据季节不同可选香葱、小白菜、

上海青)、当地水豆腐

主料:豆腐 300g

配料:姜片 10g、蒜片 10g、葱片 10g

调料:盐 4g、高汤 100g、油 50g

原料加工:豆腐切成长 3cm、宽 2.5cm、厚 0.5cm 的块儿,

热锅中放油将豆腐炕两面金黄,放入盘中备用;锅中放油,加入葱片、姜片、蒜片炒香,放入焯过水的黄心菜和炕好的豆腐;再下盐、高汤烧至入味,出锅即成。

成品特点:色泽鲜艳,入口清香。



鸡公山信阳名片酒



除店明青花



乌龙特曲 700ml 珍品



郎牌特曲 T6

本栏目由 冠名

鸡公山酒业

中原好酒 信阳名片

服务热线: 4006-376-919