维西凉粉宴

●谢继琮

热凉粉

成形后的凉粉

稀凉粉

凉粉皮和凉粉

炸凉粉坨坨

水粉分离

加料的凉粉条

凉拌凉粉坨坨

鸡豆

晒干的凉粉坨坨

说起凉粉，大家都不陌生，我们常见的有豌豆凉粉、绿豆凉粉、胡豆凉粉和荞凉粉，颜色大多为米白或浅黄色，是解暑饱腹的佳品。在云南迪庆，人们认知习惯中的凉粉是青灰色的鸡豆凉粉，而这种鸡豆凉粉则以维西县的最佳。

元旦后的周末，禁不住凉粉的诱惑，我与朋友驱车从香格里拉出发到200公里外的维西吃凉粉。家住维西县桥头小村的杨卫珍已经做了30年凉粉，她们家的凉粉是出了名的好吃。到了维西，我们直奔杨卫珍家，刚进小院，映入眼帘的是一串串从阁楼上垂坠下来的干辣椒，衬着蓝天白云，在阳光照耀下红艳得喜庆。

那时候，杨卫珍刚把已经泡了24小时的鸡豆端到小钢磨旁。鸡豆学名叫小扁豆，颜色不一，有的泛白、有的泛绿、有的呈褐色，和鸡眼睛很像，因此当地人又把它叫做鸡眼豆。鸡眼豆含有丰富的蛋白质、多种维生素和矿物质营养元素，它的含铁量是其他豆类的两倍，维生素B和叶酸的含量也很高。“鸡豆一定要提前泡24小时，不然磨出来以后粉和水不能很好地分离。”杨卫珍边用勺把鸡豆往小钢磨里倒边说。不一会儿，鸡豆成了半桶淡黄色的豆粉，杨卫珍从旁边的大桶里舀起凉水混到豆粉里搅拌均匀后顺势倒入大铯盆中，说：“现在要静置两个小时以上。”“为什么要放着不动呢？”我问。“这个时候凉粉是很小气的，稍微不当，就会坏掉，现在放着不动，是为了让鸡豆的粉和水分离开来。”杨卫珍的小女儿和丽解释道，她从厨房拿出一个小罗锅，舀了半锅豆粉水架到火炉上，又说，“这个煮涨了以后会变稠，就是我们所说的清粉汤了。”我的心里一阵喜悦，原来我们最爱喝的清粉汤就是这样来的呀！清粉汤类似于稀豆粉，只不过鸡豆做的清粉汤呈灰褐色，虽说是汤，但很粘稠，像藕粉一样。这样浓稠的清粉汤，一般加点盐就已经很鲜美了，如果喜欢重口味，则可放上油辣椒、酱油、香菜，淋上花椒油搅拌均匀就着饵块馒头吃，别提有多美味。

凉粉好吃，一定是拌着料的，料好，那就是锦上添花。在将凉粉静置分离的空档，杨卫珍的女婿毕仕高已经在灶窝里烧起大火准备炒料了。小毕是四川人，跟着和丽在维西已经两年，现在小两口承接了母亲的手艺——在村里做凉粉卖。“夏天的时候生意好，每天要熬两大锅凉粉，用四五十斤鸡豆，拉出去十来盆，不到十二点就可以收摊回家。冬天天气冷，加上办喜事杀年猪的人家多了，凉粉不是很好卖，一天也就卖四盆。”小毕介绍说。杨卫珍看着女婿烧火，欣慰地补充：“我们家女婿很勤快，一学就会，他们两个不在外打工回来卖凉粉，虽然赚得不多，但补贴家用也够，留在家里陪在小孩身边，我也放心些。”

烧火的灶是农村里传统的大灶台，用水泥砌成，外面贴着瓷砖，有两个灶口可以添柴，每个灶口上有一口直径近一米的大锅。小毕通过控制柴的多少来掌握火力大小，火烧旺以后，他提起一桶十斤的菜籽油倒进锅里，一刻钟后油开始冒烟，没有试油温，小毕直接把旁边一盆已经干炒好、磨碎去皮了的花生倒进油锅里，“哗啦啦……”油锅泛着滚滚泡沫升腾起一阵浓烟，顿时房间里充斥着浓浓的炸花生味，那阵阵香味似乎是穿过了味蕾直往每一个毛孔里钻。小毕舀了半勺水，往水里加上盐和花椒，用筷子搅拌均匀倒进油锅，又引起锅里更大的一阵翻滚，根本看不清油锅里有什么，只见到油的颜色由清亮变为了焦糖色。“你看这边墙明显比其他地方要黑，都是炒料时候的烟熏的，”杨卫珍站在一旁指给我们看，“我们家的料都是用自榨的菜籽油炒的，卖凉粉的时候也要舍得，一碗凉粉放一大勺油，这样才够味。”顺着他指的方向，厨房的墙面在长期的烟熏火燎下已经泛黄，而且呈现出烟雾升腾的形状，斑驳的墙面经过时间的洗礼见证了一次次的炒料，也见证了这家人的生活变化。

料炒得差不多了，小毕端来一个明净的盆，一勺一勺地把滚烫的料小心地舀进盆里，料进了盆还在不停翻滚冒泡。“快加勺水。”丈母娘在旁叮嘱，小毕依言往盆里加了勺冷水，快速给料降温，泡沫在盆的边缘停止了沸腾。看小毕动作娴熟，我忍不住问：“油温到多少可以放花生了呢？要加多少的盐和水，为什么沸油里加水油不会四处溅呢？”小毕害羞地笑笑：“都是妈妈教的，我也没有称过，靠着感觉每天做就是这样了。”看来小毕已经完全适应了当地的生活，做凉粉炒料也算是“一把好手”了。

两个小时过去，刚才静置在大盆里的凉粉浆已经悄悄发生了变化，水和粉被分离开来，原来豆黄色的水已经变得透亮，浮在盆上，而粉则结块沉淀到了盆底。小毕小心地把上层的水舀到另一个盆中，留下一点点水将沉淀下来的粉捏碎化开，让它与水充分融合。我用手蘸了点粉在指尖推开，它很快变干，敷在我指头上，手感滑滑的，类似于淀粉的感觉。

这时，就着刚才炒料剩在锅边上的油，小毕把一盆单独舀出来的凉粉水倒进锅里，和丽则在灶的另一边添柴烧火。不一会，凉粉汤在锅里沸腾开来，小毕左手将充分混合好的粉水慢慢往锅里倒，右手拿着大圆勺不停地搅拌，看着锅里的情况控制火候。在不停的搅拌中，凉粉汤慢慢发生了变化，形态开始从水质变得粘稠起来，颜色也由豆黄色慢慢变深成为抹茶色。“搅拌一定要顺时针搅，不然就会结块，速度也要适中，不然会搅不开，要注意火候，不然就会糊掉……这个粉其实就是豆的淀粉，加在凉粉汤里会变粘稠，类似我们做菜时候加水淀粉的勾芡，汤色也越来越深，我想应该是含铁高以后氧化的原因。”他这一说，我便豁然开朗，看着锅里越来越粘稠，颜色也来越深，这是一个多么神奇的物理反应和化学反应呀。“凉粉一定要煮透，不然吃了会拉肚子，平时满满地熬两锅，搅起来很费劲，只有他能搅得动。”和丽说。

锅里的凉粉不断升温，在搅动中像小鱼吐泡泡般不停地炸裂，带出一股又一股浓浓的豆香味。和丽拿只小碗从锅里舀了勺凉粉端在我面前：“这个就是凉粉汤了，拌上点盐就可以吃，如果放点辣椒油和香菜味道会更好。”我舍不得用其他调料破坏纯纯的豆味，直接拿勺舀了吃，温热的凉粉汤滑到嘴里，浓得化不开的豆味充斥每一个味觉细胞，我三两口就吃完一碗凉粉汤，恨不得把碗也舔干净。

看着凉粉熬得差不多了，小毕就用大铁勺把锅里的凉粉舀进准备在一旁的盆里。灶窝里还有余火，小毕把剩在锅边的凉粉迅速烤成了凉粉锅巴，用锅铲沿锅边一张张地铲下来。薄薄的、微焦的凉粉锅巴入口酥软，三下五除二就被我们消灭了。

盆里的凉粉得放一晚上冷却成型。“附近的农家乐、烧烤店都会在我们家订凉粉，如果村里哪家办事也会提前订，我们头天做好，第二天就可以用了。”和丽说。维西人大都爱吃凉粉，清明节去坟山上的人们都会带上凉粉吃，端午节是凉粉最受欢迎的时候，有人直接把端午节叫做凉粉节，说“下着瓢泼大雨也要来一碗凉粉”。

隔天一早，我们再次来到杨卫珍家，看到头天放在盆里的凉粉已冷却成型，颜色变得更深。小毕熟练地拉起凉粉皮的一角，又轻又稳地把一张凉粉皮完整地撕下来，接着端起盆划圆圈晃动，使凉粉和盆的边缘分离，然后将凉粉“啪”一下反扣到砧板上。带着盆印记的凉粉稳稳当当倒在了砧板上，像果冻般微微晃动，这就是所有凉粉菜品的“本尊”了。

和丽切了凉粉条，淋上头天炒好的料，挑一勺油辣椒，切了点香菜做点缀，拌好让我们尝。青灰色的凉粉条裹着油料看上去很是诱人，我立刻小心翼翼地夹了一根Q弹的凉粉放到嘴里——用舌头一碰就化开来，糯糯的、滑滑的，花生油的味道混合着凉粉的豆味，带点微微的辣，味蕾顿时得到极大的满足，难怪人人都爱这鸡豆凉粉。

“凉粉可以这样吃，还可以开小火，往锅里放一点点油，把凉粉切成片，两面煎黄了吃，我们叫它‘热凉粉’，”和丽介绍说，“如果有吃不完的凉粉，还可以切成小块放冰箱冻两天，然后拿出来暴晒4-5天，变成凉粉坨坨。”说罢提出来一口袋晒干的凉粉坨坨。两厘米大小的正方形凉粉坨坨像冻豆腐一样，颜色呈灰黑色，拿起来轻飘飘的，表面是冷冻快速脱水以后形成的密集小孔。“凉粉坨坨可以直接炸了吃，也可以油炸过后凉拌吃，或者煮火锅吃也很美味。”和丽说着开了火，凉粉坨坨下油锅以后迅速膨胀开来，在油锅过一下用漏勺起锅。我直接拿了一块放嘴里，酥脆香浓的凉粉吃起来“咔咔”作响。等炸好了凉粉坨坨，和丽拿作料拌好，因为放了酱油和醋，凉粉坨坨从酥脆变为细软，每一个孔都吸饱了佐料，一口下去，汁液溢出来，配上米饭可以来三大碗。

“凉粉皮也是最受欢迎的宝贝，可以直接摊开把各种调料放上面抹匀，然后裹起来吃，如果喜欢热的，就把一面烤热以后再裹起来吃。”和丽说。一盆凉粉只能产生一张凉粉皮，所以和丽家的凉粉皮从来都是供不应求的。凉粉皮也是我的最爱，吃烧烤的时候，点一份凉粉皮，切成小片烤到两面金黄，或者煮火锅的时候，下一份凉粉皮，配上油碟，那都是对味蕾极大的满足。凉粉皮也可以像凉粉坨坨一样晒干，想吃的时候油炸，凉粉皮膨胀变大，脆脆的一大片，豆味浓、口感香，总会让人停不下咀嚼。或者之前用水泡软，放点干辣椒，和着韭菜炒出来也是最受欢迎的家常菜。

临走时，我们带了几斤凉粉。当晚，邀上五六好友去吃鸡火锅，我带上那袋凉粉，刚一打开口袋，香味扑鼻而来，气温虽是零下，但好友们已顾不上冷，直接用勺舀了凉粉吃。我让他们别急，将烧烤的盘子刷上油，凉粉切块烤上，再悠悠地打开配料倒进碗里。嚷嚷着减肥的几个女孩子在火锅还没有上桌之前就已经迅速把所有凉粉和油料吃得干干净净了。

注销公告

■迪庆州绿色无公害蔬菜生产专业协会，闵康，社会团体法人登记证书，证号：迪社证字第018号，拟向登记机关申请注销。

■香格里拉瑞乐种植农民专合作社，赵灵军，统一社会信用代码：93533421MA6K7AM87F，拟向登记机关申请注销。

施工公告

致香格里拉市全体市民：

为推进“香格里拉市2016年城市棚户区（城中村）改造建设项目”实施，现经市人民政府同意，对部分市政道路进行封闭或半封闭施工，为保障广大市民出行及交通安全，现通告如下：

一、施工区域

1.G214A段（昌都路白塔至西环线路口）；

2.G214B段（昌都路白塔至尼旺路）；

3.G214B段（尼旺路至松赞林寺停车场）；

4.旺池路（昌都路白塔至金沙路路口加油站）；

5.旺池路（金沙路加油站至军马场村坡头）；

6.白塔大道（神鹰路至军马场村坡头）；

7.北郊片区6、7号路（昌都路白塔至康定路）。

二、施工内容

道路工程、绿化工程、电力管网工程、给排水管网工程、供暖管道工程、供气管道工程施工及改造。

三、封闭时间：

2018年3月5日至2018年8月30日。根据工程进度分期封闭或半封闭，并适时恢复部分路面通行。

由此给广大市民（尤其是道路沿线居民、商户）的出行造成诸多不便，敬请谅解！同时，请积极配合、支持我们的工作，服从现场指挥，注意安全，避免安全事故的发生。我们将竭尽全力，用最短的工期，完成建设任务，恢复交通。

道路通行问题请联系：

市路政大队：0887-82225555

市直属城市交警大队：0887-8222122

道路施工问题请联系：

市住房和城乡建设局（建设单位）：

王晓勇（白塔大道项目负责人）：18608877822

迪庆云能投资有限公司（代建单位）：

张福海（国道214及其延长线负责人）：15559867657

苏展（旺池路负责人）：13988540402

刘章正（北郊6、7号路负责人）：15925115951

云南景顺建设工程有限公司(施工单位)：

李红（技术负责人）：15812057300

曹昆裕（安全负责人）：13888486257

热力施工问题请联系：

迪庆州热力开发有限责任公司

赵一平：18608875399

燃气施工问题请联系：

迪庆塔喇燃气有限公司：

张中炎：13882271299

特此公告！

香格里拉市新型城镇化项目建设指挥部

2018年2月6日

2018年春节食品安全消费预警公告

（2018年第1号）

春节将至，为防止食物中毒事故发生，保障人民群众食品安全，让群众过上一个欢乐、安全、祥和的节日，香格里拉市食品安全委员会办公室特发布春节食品安全消费警示，提醒广大消费者：

一、食品采购要注意。消费者和经营者在采购食品和原料时，要注意选择到证照齐全、管理规范的商场、超市和市场去购买，特别提醒消费者，不要图方便和便宜购买街头巷尾摊贩来路不明的食品及食品原料，同时应注意查验企业资质和相关检验检疫报告等证明材料；选购食品时还要做到“三查三注意”：一查食品包装标识是否齐全，注意食品外包装上是否标明商品名称、厂名、厂址、配料表、净含量、生产日期、保质期、生产许可证及产品标准等内容；不要购买无任何标识的“三无”食品；二查食品和原料的生产日期和保质日期，注意是否超过保质期限；三查食品的外观，注意不要被外观过于鲜艳的食品所迷惑，不购买感官异常的食品和原料。同时要索取购货发票，以便在发现问题后维权。

二、食物储存有讲究。食品原料要分类存放，禽肉、水产品和蔬菜存放、清洗、切配分开，防止交叉污染；生熟食品要分开；未用完的食品、在外购买的熟食、外出就餐时的打包食品，应彻底加热冷却后再储存；要注意冰箱不是“保险箱”，冰箱储存食物最好不要超过3天，从冰箱取出的冷藏食品，应在认真检查确认未变质，并重新烧煮透彻后再食用。

三、外出就餐多查看。提醒广大群众，外出就餐时，要慎重选择就餐场所，选择证照齐全、卫生设施好、管理规范、干净整洁的餐馆，最好不要到无证小店和街边小摊就餐。

四、网上订餐要细心。消费者网购食品或半成品时，要注意查看卖家的食品安全相关证照及产品生产日期、保质期，选择近距离的餐饮单位订购，尽量缩短食物运送时间。收到食品后要检查食品包装及食材质量，及时加工、食用，勿长时间存放。尽量不网购凉菜、生食品种（如生鱼片、预拌色拉等）、冷加工糕点（如含奶油糕点、提拉米苏蛋糕）等高风险食品。

五、购买保健食品需谨慎。消费者需购买保健食品，要到信誉好、证照齐全的商铺购买。购买时要认准保健食品标志和批准文号，仔细查看包装上厂名、厂址、联系电话、生产日期、有效期限等，并妥善保管购物发票和相关凭证。不盲目参加任何以产品销售为目的健康知识讲座、专家报告等；不盲目通过会议销售、电话销售、免费试用等活动购买保健食品；不购买无保健食品标识的非法保健食品；保健食品不能替代药品，对于疾病患者绝不能用保健食品代替药品使用，以免延误病情。

六、预防药膳中毒。草乌、附片等是毒性较强的中药材，国务院已将其列入《医疗用毒性药品管理办法》进行管理，任何单位或个人应在医生指导下正确使用草乌，不得擅自加工食用草乌、附片等毒性中药材。严禁餐饮经营单位、农村集体聚餐等加工食用草乌、附片等毒性中药材。严禁聚众或集体食用加有草乌、附片等毒性药物原料自行配制的药酒及其它食品。

七、安全吃火锅。火锅是春节最受欢迎的餐饮方式，菜品多是生品上桌，自己煮着吃，很容易由于操作不当，造成食物中毒。因此，无论是在家或是到外面吃火锅，要注意菜品的选料要新鲜、卫生，各种菜肴应煮透再吃，盛放生熟菜品的器皿要分开，每次添加汤汁后要待再次煮沸后再继续煮食，要注意均衡饮食，不宜过量进食胆固醇含量较高的内脏。

八、加大对农村自办宴席等集体聚餐的监管力度。各乡镇及各成员单位应婚丧宴请和农村自办宴席等涉及集体用餐的监督检查，充分发挥农村食品安全协管员、信息员的作用，指导人民群众科学烹饪、合理膳食，加强对农村自办宴席的登记备案和安全指导，防止各类群体性食物中毒事件的发生。

九、食品问题无小事，保障安全是大事。要切实强化食品安全地方政府负总责，监管部门各负其责，企业是第一责任人意识，加强应急防范措施，及时处理各类食品安全事故投诉举报案件。对可能发生的食品安全事故要做到早预防、早发现、早控制，及时报告和互通信息，加强协作，提高防范处置能力，确保人民群众饮食安全。

十、消费维权要牢记。消费者发现餐饮食品安全问题，应保存好问题食品原状及消费票据等有关凭证，及时向所在地市场监督管理局投诉，投诉举报电话：0887-8223441。发生疑似食物中毒时，要及时就诊，保存好相关证据，以便有关部门调查取证。

各级医疗机构应积极做好春节期间的应急救治工作，对病情严重、本院不具备救治条件的，要及时动员中毒病人转院治疗。

特此公告

值此春节来临之际，香格里拉市食品安全委员会办公室恭祝香格里拉市全体人民身体健康，工作顺利，生活美满，阖家欢乐！扎西德勒！

香格里拉市食品安全委员会办公室

2018年2月6日

本报由迪庆日报彩色印务中心印刷
本报地址：香格里拉市康珠大道208号 邮编：674499 纠错投诉电话：8224019 传真：8289000 记者部：8222759 编辑部：8223550 副刊部：8226346 广告部：8230970 印务中心：8881620 网络部：8881015