

永康味道

Traditional Dim Sum in Yc

楼美如 应旭慧 胡克莉 周玉凤 胡红晓 著

永康味道

浙江摄影出版社

永康味道

Traditional Dim Sum in Yongkang

楼美如 应旭慧 胡克莉 周玉凤 胡红晓 著



浙江摄影出版社

责任编辑 郑幼幼 王莉
责任校对 高余朵
责任印制 朱圣学
装帧设计 融象设计工作室

图书在版编目(CIP)数据

永康味道 / 楼美如等著. — 杭州: 浙江摄影出版社,
2015.7
ISBN 978-7-5514-1024-3

I. ①永… II. ①楼… ②应… III. ①饮食—文化—永康市
IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第130640号

永康味道

楼美如 应旭慧 胡克莉 周玉凤 胡红晓 著

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

地址: 杭州市体育场路347号

邮编: 310006

网址: www.photo.zjcb.com

电话: 0571-85151350

传真: 0571-85159574

经销: 全国新华书店

制版: 浙江影天印业有限公司

印刷: 浙江影天印业有限公司

开本: 787×1092 1/16

印张: 14

2015年6月第1版 2015年6月第1次印刷

ISBN 978-7-5514-1024-3

定价: 128.00元

目录

JIEJINGDIANPIN

节庆
点品

				冻米糖 010	1	饅 012	2
白糖 014	3	米胖 016	4	米胖饅 018	5	糰 020	6
杨梅饅 026	9	糯米糕 028	10	麦面发糕 030	11	年糕 022	7
番薯饅 036	15	爆米花 038	16	麦饼肉 040	17	米发糕 032	12
						番薯片 034	13
						山芋片 035	14
						兰花根 044	19
						麻酥 046	20
棕 048	21	清明饅 050	22	乌饭 052	23	肉麦饼 054	24
						麦饼粿 056	25
						糖麦饼 058	26
豆芥 060	27	糖洋糕 062	28	月饼 064	29	油酥 066	30
						金团 068	31
						永康馒头 072	32
上轿馒头 073	33	柱子永康馒头 074	34	永康馒头 寿桃 075	35	本月饅 076	36

								小麦饼		1
								080		
角干麦饼				花麦梭		玉米饼		芭饼	番薯糕	
082	2	发饼	3	086	4	088	5	090	092	7
烤包子		豆腐花		豆腐圆		汤圆		葱烧饼	馄饨	
094	8	096	9	098	10	100	11	102	104	13
糖水麻糍		麻糍保		麻糍扇		米筛花		绿豆糕	豇豆酥	
110	14	112	15	114	16	116	17	118	120	19
芙蓉糕		薄荷糕		连环糕		桔红糕		生姜糖	棉花糖	
122	20	124	21	126	22	127	23	128	129	25
敲糖		索粉		凉粉		青草腐		榨子豆腐	米豆腐	
130	26	132	27	134	28	136	29	138	139	31
树叶豆腐										
140	32									

		土 索面 144	1	索 粉干 146	2	肉 丸 148	3	发 皮 149	4
豆 腐 干 152	5	小 方干 153	6	豆 腐 154	7	豆 腐干 156	8	豆 腐皮 158	9
千 张 160	10	烂 豆腐和酱 162	11	豆 芽 164	12	菜 生 166	13	菜 干 168	14
菜 生扁 170	15	淡 枝菜 172	16	萝 卜钱 174	17	萝 卜蹄 176	18	萝 卜羹 178	19
水 菜萝卜 179	20	萝 卜丝 180	21	番 薯粉 184	22	番 薯丝 186	23	番 薯粉 188	24
土 豆片 190	25	芋 头丝 192	26	笋 干 194	27	蒲 皮 196	28	豇 豆干 198	29
金 针 200	30	山 粉 202	31	榨 子粉 204	32	柿 饼 206	33	红 糖 208	34
火 腿腊肉 220	40	糖 生姜 210	35	黄 酒 212	36	土 烧 214	37	蜂 蜜、 蜂王浆 216	38
菜 籽油 218	39								

永康味道

Traditional Dim Sum in Yongkang

楼美如 应旭慧 胡克莉 周玉凤 胡红晓 著



浙江摄影出版社

永康滋味浓

鲁光

旭慧、美如来长途，说是她们（楼美如、应旭慧、胡克莉、周玉凤、胡红晓）五位女摄影爱好者，花了两三年时间，拍摄了永康小吃，编了一本书，求我写个序。尽管我最怵写序，但得知她们的书全是老家小吃图片，便来了兴趣，满口答允了下来。

全书有 100 多幅图片，分三大部分，一为节庆点品，二为风味小吃，三为居家食材，图像清晰，食物逼真。接收电子图稿时，我女儿观赏了一下，惊讶地说：“老家有这么多好吃的呀，看看都要流口水了……”我调侃：“回去吃呀！”她说：“住上一年也吃不过来。”我打趣说：“我写序的代价，就让她们陪你美食吧！”说实在的，浏览全书，我的思乡之情顿时浓烈起来，馋虫也被勾引了出来。

她们定格下来的永康美食，皆为民间小吃。像肉麦饼、小麦饼已成经典美食。凡是永康人就没有不好这一口的。人们戏说，见了肉麦饼拼命吃者必是永康人。这便是一方水土养一方人。我是土生土长的永康佬，虽然儿时家境贫寒，但那些民间食物，如米胖、糍、白糖、肉麦饼、小麦饼、兰花根、豆腐花、角干麦饼、凉粉、榨子豆腐、麻糍、豆芥等，都从小便吃过的。长大之后，依然好吃这些乡间食物。记得 20 世纪 90 年代去台湾时，下榻五星级饭店，天天山珍海味，有一天旅居台北的永康籍画家施志刚，请我去他家吃肉麦饼。他说，他做的肉麦饼是地道的家乡肉麦饼，霉干菜是从永康带来的。他一边烤，我一边趁热吃，一口气吃了四个。我觉得这顿饭，

比五星级的高档餐好吃多了。在外地工作或出生在外地的永康后生，常在百度提问，永康小吃有多少？也有永康人上网解答，能列举的也就三五种。本书的五位作者，皆为女性，肯定对永康美食情有独钟，也许会下厨为家人烹制三两样，但她们无疑都是美食者，美品是逃不脱她们之嘴的。她们肯花两三年工夫把镜头对准永康百姓美食，将它们定格下来，并结集印书，真是爱好有方，功德无量。她们记录下来的不仅仅是美食，而且是美食文化。

永康地处丘陵地带，这一方大自然，这一方山山水水，为永康百姓提供了丰富的食材。永康百姓用勤劳、智慧将大自然的恩赐变成了上百种美食。美食不仅满足人们的吃喝，满足人们的口福，而且美食包含的文化以及美食延伸出来的民俗，又极大地丰富了世代生活在这方土地上的人们们的精神世界。

本人已近耄耋之年，“管住嘴，放开腿”，是行动准则。但见到家乡美食，还会破戒律，再多吃一点的。也许是返老还童吧，对什么都特好奇。我想追问，永康的那些美食小吃最先是谁人创制出来的？第一个烤出肉麦饼的是谁？……如果那位乡贤能考证出来给我答案，我将千恩万谢。

2015年5月1日急就于北京天坛之畔

目录

JIEJINGDIANPIN

节日
点品

						冻米糖 010	1	饊 012	2		
白糖 014	3	米胖 016	4	米胖饊 018	5	糰 020	6	猪头鹅 024	8		
杨梅饊 026	9	糯米糕 028	10	麦面发糕 030	11	米发糕 032	12	番薯片 034	13	山芋片 035	14
番薯饊 036	15	爆米花 038	16	麦饼肉 040	17	鸡子糕 042	18	兰花根 044	19	麻酥 046	20
粽 048	21	清明饊 050	22	乌饭 052	23	肉麦饼 054	24	麦饼粿 056	25	糖麦饼 058	26
豆芥 060	27	糖洋糕 062	28	月饼 064	29	油酥 066	30	金团 068	31	永康馒头 大馒头 072	32
上轿馒头 永康馒头 073	33	柱子馒头 永康馒头 074	34	永康馒头 寿桃 075	35	本月饊 076	36				

						小麦饼 080	1
角干麦饼 082	2	发饼 084	3	花麦梭 086	4	玉米饼 088	5
						苕饼 090	6
						番薯糕 092	7
烤包子 094	8	豆腐花 096	9	豆腐圆 098	10	汤圆 100	11
						葱烧饼 102	12
						馄饨 104	13
糖水麻糍 110	14	麻糍保 112	15	麻糍扇 114	16	米筛花 116	17
						绿豆糕 118	18
						豇豆酥 120	19
芙蓉糕 122	20	薄荷糕 124	21	连环糕 126	22	桔红糕 127	23
						生姜糖 128	24
						棉花糖 129	25
敲糖 130	26	索粉 132	27	凉粉 134	28	青草腐 136	29
						榨子豆腐 138	30
						米豆腐 139	31
树叶豆腐 140	32						

		土 索面 144	1	索 粉干 146	2	肉 丸 148	3	发 皮 149	4
豆 腐 干 152	5	小 方干 153	6	豆 腐 154	7	豆 腐干 156	8	豆 腐皮 158	9
千 张 160	10	烂 豆腐和酱 162	11	豆 芽 164	12	菜 生 166	13	菜 干 168	14
菜 生扁 170	15	淡 枝菜 172	16	萝 卜钱 174	17	萝 卜蹄 176	18	萝 卜羹 178	19
水 菜萝卜 179	20	萝 卜丝 180	21	番 薯粉 184	22	番 薯丝 186	23	番 薯粉 188	24
土 豆片 190	25	芋 头丝 192	26	笋 干 194	27	蒲 皮 196	28	豇 豆干 198	29
金 针 200	30	山 粉 202	31	榨 子粉 204	32	柿 饼 206	33	红 糖 208	34
糖 生姜 210	35	黄 酒 212	36	土 烧 214	37	蜂 蜜、 蜂王浆 216	38	菜 籽油 218	39
火 腿腊肉 220	40								

永康人对过“节”有着特殊的情感。在那个土地是唯一生存之本的年代，永康人多地少，只能依靠“行担”走四方养家糊口。唯有过节，不管身在何方，都会千方百计赶着回家。即便生活拮据，过节的日子大家都会弄点好吃的，富裕人家更是十分的讲究。

永康节庆分为两种，一种是约定俗成、时间固定、城乡共庆的传统节日，包括阴节和阳节两类。阳节有春节、端午、中秋三大节，阴节有清明、七月半（鬼节）、冬至三大节。过阳节，除了走亲访友，晚辈们还会带着礼物看望长辈；过阴节，家家户户或上坟，或设斋做“羹饭”祭奠祖先。阳节以春节为盛。谚云：“过端午，午前闹个大半天；八月十五赏明月，过了三更再歇夜。”唯有春节，从喝腊八粥开始，直到正月闹元宵，差不多要持续一个半月。一直传承着“十二月做勿有，正月嬉勿穷”。进入腊月，切糖、结馐、炒米胖、春年糕，杀年猪。二十四“送灶神”、年三十“守岁”、正月初一“迎新年”、初五“迎财神”、十一“开灯”、十五“正灯、闹元宵”。拜年走亲戚更是贯穿整个正月。阴节以清明为大，据说那是祖宗过年的日子，每家每户都会备许多糕点美食去墓地“标青”，祭拜祖宗。

另一种是发生在各个家庭的红白喜事，诸如婚丧嫁娶、生老寿诞，以及小孩三朝、满月、百日、周岁、入学、中举等，都会举行隆重的仪式，制作各种应时美食，分送亲戚朋友共享。

此外，有些村庄还有着自己特殊的节日，如八字墙山后胡村的开犁节、雅庄村的三月三、清唐庄村的六月六、岩前村的夏至等，也会制作一些应时美食。

1

DONGMITANG

冻米糖



以糯米或粟米、芝麻等为主料，以红糖为黏合剂加工而成，口感脆、松、香、甜。加工冻米糖的过程永康人习惯叫“切糖”。是过年必备的大众点品。

传统的切糖工艺流程：

一是准备阶段：把糯谷、粟谷用清水浸泡至胀软（冷水一般浸泡约半月）；沥干并晾晒表面的水分；下锅热炒，至有爆响声；放进石臼用杵舂扁，俗称“舂糯谷扁”；把糯谷扁、粟谷扁的麸壳吹干扬净；重新下锅翻炒至熟，使“糯谷扁”发胖。

二是切糖阶段：用红糖熬制“糖油”，一般“一阍”糖（市秤5斤糯谷）用红糖一斤半，添加清水一碗（白大碗）和适当比例的糖饴，用中小火熬煮，至黏稠适中；将熬好的糖油倒入炒胖的糯谷扁中搅拌均匀；倒入“糖阍”（木制的切糖模具），铺平碾实；开成几“路”，用快刀切成约0.2厘米厚的长方形小片。

过去切糖很有讲究，一是房间不能通风，二是糖水不能熬“老”熬“嫩”，三是从糖油与炒胖的糯谷扁搅拌开始，操作速度要快，否则就容易“散”糖，俗称“被老太公捞了”。所以，一般自己备料，切糖请师傅或邻里切糖能手切。

