



中秋节，回家吃团圆饭已经成为一种传统，现烤的香脆月饼、贵阳辣椒油包裹的卷粉、香葱爆炒的鲜甜蟹肉……喷香的饭菜里弥漫着幸福的味道，令人久久不能忘怀。

# 团圆饭的记忆“真香”

## 贵阳嬢嬢 自制月饼送亲朋

银杏泛黄、桂花飘香、月渐圆满……自从进入秋天，贵阳街头巷尾的店铺里就陆续出现月饼的身影，其中，圆滚滚的火腿月饼最受欢迎。一盒10个，50元起，最负盛名的省医月饼甚至需要排长队才能买到。也有手巧的人自己在家就能做出火腿月饼，外形和味道都妥妥的专业水准，还胜在保证原料的新鲜和纯净，符合健康饮食的要求。

李承红，一名有近20年面食工作经验的

### 李承红月饼制作步骤（部分）



嬢嬢。采访中，她一边演示自制火腿月饼的做法，一边讲述她的故事。

火腿的原料主要分为两大部分，一是馅料，一是面皮。制作45个月饼，馅料需准备火腿丁800克、白糖300克、蜂蜜40克、熟粉150克、猪油60克；面皮需准备1000克面粉、100克糖粉、40克蜂蜜、水220克、猪油500克、小苏打10克。

火腿月饼从馅料到面皮都有糖、蜂蜜和猪油。“一般好吃的食物都是能量炸弹。”李承红笑道，高糖分和高油脂的粮油混合物，更容易满足大众的味觉偏好。

拌馅、和面……因为李承红熟练的操作，制作过程看起来井井有条，原本复杂的过程似乎显得简单了。但其实，和面是一个技术活，李承红也是学习了3年左右才体悟到，面就是这样一团白白的东西，和人相处一样，时间久了，了解面团的脾气之后才能轻松地把它搓揉得合心意。

和好的面分成一个个约30克的面团，馅料分成一团团约20克的圆球，准备工作做好之后就可以开始包月饼，把面团搓圆后压扁，再用拇指压出一个窝，放入准备好的肉馅团子，一手拿稳面团一手转着圈地把口封住，最后手中搓圆，一个月饼的雏形就算是做好了。放入烤箱用180的温度烤20至30分钟，表面金黄，内里咸香的火腿月饼就大功告成了。

李承红是在超市学会做月饼的。她原本在工厂上班，下岗之后全职照顾家庭。直到2006年，女儿3岁上了幼儿园之后，她才开始找工作。为了接送和照看女儿，她选择了在家附近的超市上班。刚入超市，没有特长的她只是一名导购员。但是因为好学勤奋，后来慢慢成为了糕点、面食区的主力员工。

制作生日蛋糕、烤面包、蒸馒头、绿豆糕、鸡蛋糕……在近20年的工作中，李承红制作过中式和西式的各类面点。火腿月饼的配方也是经过多年的实践慢慢琢磨出的最佳搭配。

2021年，年满50岁的李承红从超市退休，闲不下来的她开始去面包店找工作，近20年的面点师经验让她成为了能顶大梁的店员，最忙的时候，她一个人要负责4个店面的和面工作。被问为什么不自己开店，李承红说：“钱是赚不完的，当老板操心呀。现在退休了还要打这份工，是因为闲不下来，哈哈。”

早在9月初，李承红就已经做了上百个火腿月饼，准备送给亲戚朋友。在侄女杨露的印象中，李承红在家的時候大部分都在厨房里忙碌。除了做一日三餐，还总端出银耳汤、发糕、秋梨膏棒棒糖等小吃，有时还会为家中的小猫制作猫粮。“每年我们都喜欢和小姨一起过中秋节，团圆饭的饭桌上，各式各样的菜看得我们馋得。”杨露说，中秋团圆饭能让她感受到家的温暖，李承红热爱生活的态度让她备受启发——生活就应该多姿多彩。

贵阳日报融媒体记者 董容语 图/文

## 妈妈的味道 难找平替

浮云散，明月照人来。随着疫情防控政策的调整，在国外工作的董以婕，时隔4年后终于回国与家人团聚，共度中秋。

在外的日子，美味佳肴不少，唯独家乡味道难寻。偶尔董

以婕会在中国超市或者中国餐馆里找到家乡小吃的平替，比如裹卷用越南春卷代替，凉粉可以用石灰自制，白豆腐切小片后泡在碱水中捞出也能烤出爆浆的感觉……但是始终不是记忆中的味道。

就如《舌尖上的中国》中所说：“无论脚步走多远，在人的脑海中，它就像一个味觉定位系统，一头锁定了千里之外的异地，另一头则永远牵绊着记忆深处的故乡。”回国后，董以婕最期待的就是家人做的饭。

“妈，我想吃卷粉。”在登机前的最后一刻，董以婕在微信中给妈妈留言点菜。从小，妈妈就常说她是“馋嘴”，因为嘴边有两颗痣，俗称“馋嘴痣”。接到消息后，妈妈也特意为她准备了最爱的卷粉。

吃粉最重要的就是配菜，一般有肉末、番茄酱、飞酱、豆腐、蒜炒青椒、自制红油辣椒、酸菜、炸花生……配菜可多可少，看妈妈的心情和这顿饭的重要程度来定，有时有两三种，有时有十几种。为了4年才见的女儿，妈妈精心准备了一桌配菜。

上午10点，飞机落地，妈妈才出门买卷粉。因为现做的手工卷粉皮是热乎的，不需要加热就可以直接吃，口感最好。

菜场档口的卷粉需要排队等店家现做，只见店家从大缸里舀出一勺米浆，倒在铁盘上后迅速摊平形成薄如纸张的米皮，悬挂几分钟后揭下，得到一张又薄又有韧性的卷粉皮。店家再用剪刀剪成小段后，称斤两卖给顾客。也有顾客按照张数买，妈妈记得董以婕小时候一顿能吃一张，长大后胃口反而变小了。

中午12点半，董以婕回到家，妈妈的卷粉也早就准备好了。见面后的母女俩有说不完的话，一边说着，一碗妈妈牌限定版卷粉就端上来了。吃着吃着，妈妈突然起身：“哎呀，忘了放葱。”不一会又想起：“还有炒豆也忘了。”直到吃完之后，洗碗时才发现，锅里还有着好的素瓜豆忘了盛出来，搞得全家人哭笑不得。

“妈妈还是记忆中的样子，卷粉也是记忆中的味道，一切好像都没有变但又好像不一样。”吃完心心念念的卷粉后，熟悉的味道连接着记忆，随之而来的满足让董以婕感到真切且踏实。但是面对4年时光的间隔，再次陪伴在亲人左右，又有些说不清道不明的感觉。

此次回国休假有半个多月的时间，董以婕打算要认真对待每一顿饭，用美食的香气和烟火气抚慰思乡之情。

贵阳日报融媒体记者 董容语



董妈妈的凉拌卷粉

卷粉制作的步骤（部分）

