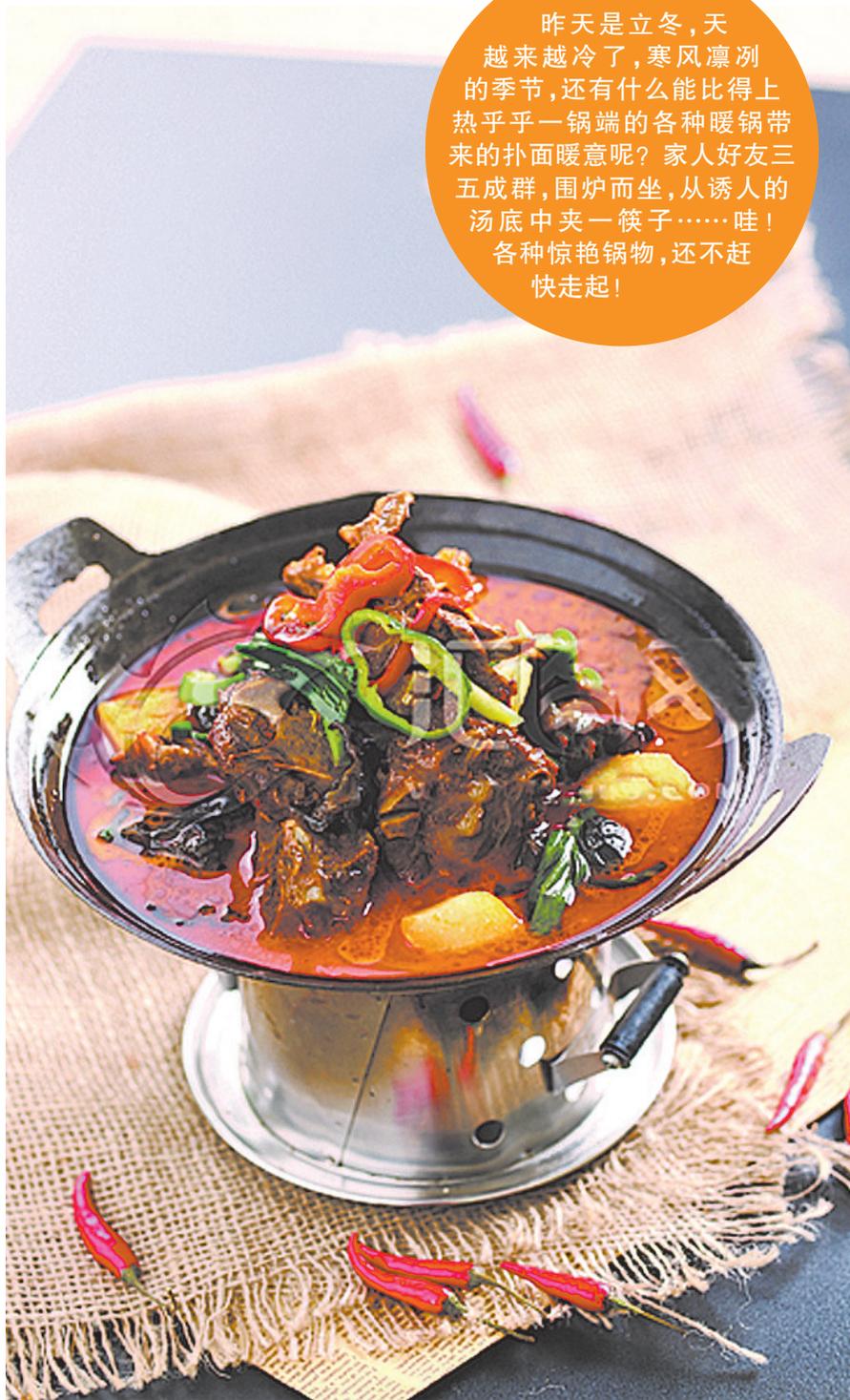


热乎乎一锅端！暖身锅走起

昨天是立冬，天越来越冷了，寒风凛冽的季节，还有什么能比得上热乎乎一锅端的各种暖锅带来的扑面暖意呢？家人好友三五成群，围炉而坐，从诱人的汤底中夹一筷子……哇！各种惊艳锅物，还不赶快走起！



1 牛肉寿喜烧

寿喜烧俗称“日式牛肉火锅”，每到严寒的秋冬，日本人都会上煮一壶清酒，跟家人朋友围坐在一起煮上这么一锅。伴着咕嘟咕嘟的气泡声，缭绕氤氲的香气，吃着热腾腾的寿喜烧，聊着天，是非常惬意的事情。

用料：肥牛、老豆腐、金针菇、香菇、大葱、茼蒿、鸡蛋、黄油

做法：

- 1.老豆腐切块，下油锅煎。
- 2.大葱切片，金针菇、茼蒿洗净沥干，香菇在表层用刀划十字花纹。
- 3.黄油在加热锅内融化，放上牛肉煎一下，在牛肉上撒少许白糖，并倒入适量酒、酱油和水。
- 4.放入香菇、金针菇、豆腐、大葱及茼蒿菜，盖上锅盖焖一会儿，就可以享用了。

小贴士：记得在表层可以打入新鲜的生鸡蛋液搭配着吃，非常滑嫩多汁；吃完一锅后还可直接用烫汤煮乌冬面，搭配冰啤酒和饮料更赞哦。

3 泰式青咖喱海鲜煲

泰国菜以色香味闻名，最大特色是酸与辣。在秋冬时节来一份泰式青咖喱海鲜煲，绝对会让你吃得浑身冒汗。

用料：绿咖喱、椰浆、鲜鱿鱼、墨鱼丸、大虾仁、四季豆、小口蘑、罗勒叶

做法：

- 1.在砂锅中放适量水烧开，并按个人口味加入绿咖喱和椰浆，小火煮开后盖盖焖。
- 2.鲜鱿鱼开花刀，墨鱼丸对半切开，四季豆、蘑菇切好。另起炒锅，蒜末爆香，加入墨鱼丸翻炒后，依次加入四季豆、蘑菇，待翻炒至蘑菇出水时，放入鲜鱿鱼和大虾略炒，至大虾变色。
- 3.将炒锅内材料全部倒入砂锅中，用勺子翻匀，盖上砂锅盖煮一会儿，揭开锅盖，放入适量罗勒叶，就可以出锅了。

小贴士：这道菜中除了绿咖喱和椰浆属于不可或缺的食材外，其他食材都可以视自己口味调换，放入鱼块或鲜笋味道也很好。

2 韩式安东鸡肉锅

作为韩国颇有名气的料理之一，顾名思义，这道菜就是韩国安东地区的炖鸡，做法有点像我国的红烧鸡块，但因为添加了重口味的韩式辣酱，所以别有一番异国风味。

用料：鸡腿、土豆、胡萝卜、鲜香菇、洋葱、卷心菜、年糕、韩式蒜蓉辣酱、生抽、料酒、糖、盐、蒜、姜、葱、干辣椒、白胡椒粉

做法：

- 1.鸡腿剁块，下热水煮，撇干净血沫。
- 2.将土豆、胡萝卜、鲜香菇洗净后切成小块，蒜拍扁，姜切片，入锅同煮。
- 3.大火将汤烧开后，转中小火煮20分钟左右。再加入辣酱、辣椒粉、生抽、料酒、糖、盐调味。
- 4.将圆白菜切块、洋葱切丝，然后将圆白菜、洋葱、年糕、葱、干辣椒放入锅中，大火烧开后，转小火煮10分钟左右即可。

小贴士：这道菜做出来后辣中带着甜，非常好吃，用泡米饭吃更是下饭。也可以视自己的爱好，在锅中加入青菜、金针菇等配菜。

4 羊蝎子锅

“冬吃羊肉赛人参，春夏秋食亦强身。”羊肉有暖中补虚、补中益气、开胃健力、益肾气的作用，对提高人的身体素质及寒冷天气中的抗病能力十分有益。

用料：羊蝎子(羊脊骨)、豆腐、白菜叶、胡萝卜、葱、生姜、香菜、苹果、干辣椒、香叶、小茴香、花椒、生抽、老抽、盐、料酒、桂皮、胡椒粉

做法：

- 1.羊蝎子洗净后放入锅中，倒入凉水，大火煮开后捞出，用温水冲去浮沫。
- 2.炒锅中倒入适量油、所有香料，小火煸炒出香味后，倒入羊蝎子翻炒两三分钟。
- 3.倒入水，大火烧开后，再次将沫子撇掉，改成中小火，然后倒入生抽、老抽和料酒，倒入汤锅盖上盖子，炖1小时左右。
- 4.将切块胡萝卜放入锅中，并放入适量盐再炖一会儿。
- 5.将切块豆腐、手撕白菜叶一并放入，再炖三四分钟，撒上香菜并关火，即可大快朵颐。(华商)

小说连载

凤凰劫

■文/燕语

(19) 贵为公子

夫人看着女儿，一时欢喜，一时又止不住流下眼泪。

秦伯赵籍压住心里的惆怅感伤，勉强笑着说：“大喜的事，你怎么哭起来了。”

夫人擦拭着眼泪，说：“女儿将要嫁到千里之外的异国，做母亲的，怎么会不伤心。以后再想看女儿一眼就很难了。”

赢香被母亲说得几乎要哭出来，说：“母亲，女儿不愿嫁到异国他乡，远离父母双亲。”

夫人劝慰说：“快不要这样说，公子远嫁异国，是礼仪，岂能不遵从？等日后太子建即位，女儿就是天下最强大的楚国的君夫人，何等的荣耀尊贵，天下人羡慕都来不及呢。”

赢香只管挽着母亲撒娇，说：“女儿不去！”

秦伯赵籍沉下脸，说：“你可知自己的身份？”

赢香低下头。

秦伯赵籍问：“你何德何能，为什么会享受无上的尊荣？”

赢香轻轻咬自己的嘴唇，说：“父亲是一国之君，女儿托父亲的福荫，贵为一国公子，才得以享受尊荣。”

秦伯赵籍叱喝：“错！”

赢香吓得偎进母亲怀里。

秦伯赵籍说：“你身上流淌着秦国公室的血，对国家有着义不容辞的责任。重任在肩，才赋予你如此的尊荣尊贵。”

赢香怯怯地望向父亲，说：“国家由父亲治理，女儿又不要治理国政。女儿向母亲撒娇，有什么错？”

秦伯赵籍说：“世间小儿女都有资格向父母撒娇，只有公子没有资格。贵为公子，要知道自己的本分。你的言行举止，要成为国人的懿范，才不辜负秦国给你的这份尊荣尊贵。”

赢香低下头，沉默无语。

秦伯赵籍接着说：“世间小儿女，都可以在父母膝前承欢，觅得如意郎君，结下姻亲，享一家团圆幸福。贵为一国公子，婚姻不是看个人的好恶，必须考虑国家的利益。公子远嫁异国，是为秦国结下姻亲之国，收异国为秦国所用，成为秦国称霸图强的有力援助。”

夫人抚慰赢香，对秦伯说：“女儿乖巧懂事，自然会明白这个道理，你这样凶巴巴的，小心吓坏她了。”

赢香低着头，想了又想，细贝一样的牙齿咬着下唇，努力翘起嘴角，微笑说：“母亲，此去楚国，山高水长，道路阻隔，但女儿以后一定要回来看望母亲。”

夫人知道她是言语宽慰，实际上无法做到，只能说：“你到了楚国，一定要照顾好自己，不要让父母为你担心悬念。”

赢香点头。

夫人讲各种出嫁后需要注意的事项，如何侍奉舅姑，如何小心谨慎。这些都是赢香从小就接受过的教育，但在夫人看来，十五岁的女儿远嫁到千里之外，桩桩件件，都要再讲得清楚详细，免得女儿在异国受苦。

秦伯赵籍听夫人念念叨叨，反复叮咛，不厌其烦，想退出去，让她们母女谈心，忽然想起来一件事，走到室外，命人捧上一只锦匣。

秦伯赵籍拿着锦匣，送到赢香面前，说：“婚礼一切物件都有专人准备妥当，这是父亲送给你的礼物。”

赢香拜谢了，打开锦匣，见里面放着一根破旧马鞭，正是临潼会上，秦伯赵籍向列国诸侯展示的秦国国宝。

夫人皱起眉：“新婚喜事，你拿这个又破

又旧的，算什么礼物？”

秦伯赵籍手指抚摸马鞭，说：“我秦国起初是为舜帝、周天子放马的马夫，马鞭是马夫的立身根本。现在贵为一方诸侯，但不论何时都不能忘记，我秦国是从马夫起家。不论何时都不能忘记自己立身的根本。”

赢香看着马鞭手柄上刻的金字，是“赢”“赵”两个字，正是舜帝、周天子所赐的姓、氏。

她仰起脸，看着秦伯，问：“父亲，女儿嫁到楚国，立身的根本，又是什么？”

秦伯赵籍说：“你虽然是诸侯的女儿，但出身不一定能保你立身周全。我秦国历代先祖都是以功业立身。人生于世，出身不足为贵，钱财不足珍惜，只有建立功业，才真正能够立身处世，即使在乱世，也能保自身周全。功业不计大小，就算是一名马夫，也能建立盖世的功业。”

赢香沉吟点头。

秦伯赵籍说：“马，不通人言，人能够驯服马，要先了解马的习性，然后顺着马的习性，和马做朋友。哪怕贵为诸侯，都必须亲自服侍马，为马刷毛、饮水、喂食，不能有丝毫怠慢。”

赢香拜礼，恭声说：“女儿多谢父亲教诲。”

下期关注：绝世芳华