

爱做糕点的漂亮外教露丝 昨天上午学了学包粽子 粽子怎么包好看？怎么选糯米、粽叶？ 晚报借这个机会说说正宗杭州粽的包法 看过图后，试着做做啊



晚报记者 张璇/文 周甬/图

“边要折进去，米不要放太满了……”昨天上午，绿文社区70岁的老人张芬桃和社区民警一起，手把手地教附近高校的几名外教包粽子。

“这样对不对？”平时爱做糕点的露丝学得最快，虽然侧边有米露出，可看起来像模像样。包完粽子煮好后，大伙坐在一起品尝了自己的手艺。

“第一次包，非常有趣！”外教们竖起了大拇指。线索提供 王霆

正宗杭州粽分8步包好 一名“粽子能手”一分钟包四五只

昨天，杭州的《都市快报》邀请知味观食品公司的两位“粽子能手”，手把手教大家包。

其中一位是厂里的技能冠军谢凤仙，她一分钟可以包四到五只，一天下来能包2000多只粽子。

如果你也想吃自己包的粽子，跟着冠军谢凤仙一起学吧。

选粽叶

去市场上买，要选叶形匀称、颜色不能太艳的粽叶，以防有色素。一般买叶子宽度7cm左右、灰绿色的自然干叶比较好。

买回来后，先用开水泡半小时，等凉后再擦洗粽叶两边。这是防虫残留。

选糯米

要让粽子的口感好，最好是选圆糯米（注：区别于长糯米，颗粒较圆）；注意不要掺粳米。

在包粽子前，先对糯米进行处理。清洗后，浸泡10分钟，沥干。再放入适量酱油、鸡精、味精，少许白糖、盐。咸淡

可根据个人口味控制调料量。也可以从颜色上判断，拌上酱油的米颜色呈浅咖啡色即可。拌好后，放置1个小时，再倒入大豆油，有猪油的可以再放点猪油进去提香。

再选肉

包粽子的鲜肉要选夹心肉，建议买前猪腿肉。肥肉和精肉比例对开，每块切成30克左右。当然，喜欢吃肉的稍微切大点也没关系。然后，放酱油、味精、盐和料酒，腌制30分钟~1个小时。

烧法

传统的粽子种类，除了鲜肉粽，还有蛋黄鲜肉和细沙粽。做法跟鲜肉粽差不多。无非是，蛋黄鲜肉粽在放鲜肉的时候多加了一个咸鸭蛋。

如果做细沙粽，糯米浸泡20分钟左右后，放糖和色拉油。包的时候放细沙。包法也是一样。

现做的粽子，可以直接烧。

清水没过粽子。用高压锅烧1个小时即可。如果用普通的锅子得烧4个小时。

包法

根据口味不同和各个地方的风俗不一样，略有差别。比如甜口味的一般包成锥形，咸口味的包成枕头形。这里介绍的是知味观的通用包法：枕头形（如图）。



1 两片粽叶，尖头对准，叶片保持平行



5 再盖一层糯米



2 对折



6 将粽叶向上盖牢



3 呈漏斗形状



7 将粽叶分别向两边推，上面多余的粽叶折下来，包住。



4 先薄薄铺一层糯米，正中间放肉



8 在粽子外面均匀扎线，一般绕7圈即可，太少的话，煮起来容易散架。



粽情江南韵 梨园飞赞歌

带上五彩丝线，品尝蜜粽软糯香甜
恬静心宁，细品戏韵，相约在端午的江南春温泉

6月4日—6日端午节期间套票优惠价158元/位含温泉门票及自助餐（仅限一人使用）
在采莲轩用餐消费均送粽子一份

6月4日—30日，1.3米以下儿童免温泉门票；应届中、高考考生，可凭本人准考证享受温泉门票90元/位

6月7日—30日，全价购买温泉门票即送价值78元传统足道

5月16日—8月31日，一期客房享受6折优惠，含两人温泉门票

弘扬国粹·再现经典
【贵妃醉酒】【花木兰】【穆桂英挂帅】【朝阳沟】【清风亭】【拷红】等
主办单位：郑州市老干部活动中心、郑州清华园房地产开发有限公司
承办单位：江南春温泉度假酒店、清华·忆江南

活动热线：8521 8888

