

2023年7月21日 星期五

第5748期

本期8版

癸卯年 六月初四

六月初六 大暑

# 东方城乡报



上农 APP

国内统一连续出版物号:CN31-0041

上海市农业农村委员会指定信息发布媒体

www.dfcb.com



## 三伏天的正确打开方式： 吃伏羊！喝羊汤！



长三角地区，普遍有伏天吃羊肉的习俗，三伏天里，各地伏羊节纷纷拉开了帷幕。在沪郊，四方食客也共赴羊肉盛会。松江叶榭、宝山大场、奉贤庄行、金山张桥、闵行华漕等以吃羊肉知名的地区，老饕闻讯而至。而养殖崇明白山羊的合作社，也迎来了销售旺季。一时间，吃伏羊、喝羊汤成为了沪郊饮食文化的共同符号，让市民在夏季，有了打开三伏天的正确方式。

### 松江叶榭：领略百年非遗——张泽羊肉的多种吃法

7月18日，叶榭镇第十五届张泽羊肉美食文化旅游节开幕，四方食客闻香而来，共赴一场羊肉盛会。

软糯鲜香的烂糊羊肉、热气腾腾的羊杂汤、酱香四溢的粽香扎羊肉、香脆爆汁的羊肉锅贴……现场，来自新明木桶羊肉和张泽羊肉大酒店的两名张泽羊肉制作工艺传承人分别设摊，美味多元的羊肉菜品让食客们赞不绝口。

叶榭镇张泽羊肉距今已经有700多年的历史，2017年“张泽羊肉制作工艺”列入松江区非物质文化遗产名录。据传，张泽羊肉始于元朝名将沙陀，其曾驻军松江府南地区，因喜食羊肉，在松南养殖了大量的山羊，带来了这种来自蒙古的美食，传承至今，形成

了远近闻名的张泽羊肉。如今，在张泽羊肉一条街上，大大小小的羊肉馆林立，是本地老饕们吃羊肉的不二选择。

在叶榭，吃羊肉不仅是盛夏寒冬的滋补，也是当地人融入日常的生活习惯，“大块吃肉、大碗喝酒”更是老一辈人几十年如一日的一顿寻常早饭。炎炎夏日，凌晨4点，羊肉店已经热闹了起来。点上一盘烂糊羊肉，就着一壶烧酒，新的一天在羊肉香味中开启。

在农家土灶上以木桶炖煮羊肉，是张泽羊肉的经典做法。要获得滑嫩的肉质和醇厚的味道，控制火候是关键所在。“大火将羊肉烧开后，用中火慢慢炖煮两个半小时，使羊肉糊而不烂。”经营张泽羊肉大酒店的张泽羊肉制作工艺传承人顾雪祥介绍，除了时间的把控，煮羊肉时，羊肉和水的比例也十分讲究，“加入的水‘没过手掌’是正好。”没有精确的数字可依，一切都在老师傅几十年的积累之中。

尝一口木桶烹制的羊肉，口感酥嫩，肥瘦相间，肉香浓郁而没有膻味。“羊肉少膻重点在于好的食材。”顾雪祥说，张泽羊肉选用的都是一年生的纯种山羊，烂糊羊肉更是选用了

羊腰肉，此处紧贴肋骨以下的部分又被称为腰糊，肉质细腻。据了解，当前叶榭镇正在打造山羊标准化生态养殖基地，从养殖到消费，逐步完善叶榭的羊肉产业链。“预计未来一年养羊达到5000多头，为本地供应优质的羊肉原材料，保证张泽羊肉的质量。”叶榭镇旅游公司党支部书记王小龙说。

以烂糊羊肉为首，加上白切羊肉、羊杂汤组成的“老三样”，代表着张泽羊肉的经典味道。但张泽羊肉的菜单上也不仅限于“老三样”，羊浑身都是宝，羊肚、羊肝、羊脚、羊头、羊脑等部位都有不同的烹饪方式，推出不同的菜品。此外，在本次羊肉烹饪大赛上，羊肉餐饮店也纷纷推出羊肉搭配荔枝的“仙羊妃子笑”、黑鱼与羊肉结合的鱼羊鲜等创意菜品。

值得一提的是，现场还发布了《叶榭镇全域旅游地图》2.0版，游客在品尝完羊肉后，还可以在家绿彩

虹农场采摘，去八十八亩田体验乡村民宿，到长三角花卉科创园选购植物……“希望以张泽羊肉美食文化旅游节为平台，助推叶榭镇全域旅游高质量发展。”叶榭镇旅游公司党支部书记王小龙说。

据了解，本届羊肉美食文化旅游节将持续三个月，推出“美食之旅”“研学之旅”“振兴之旅”“花漾之旅”四大系列活动。

文字：见习记者 张孜怡  
摄影：记者 刘晴晓

