

进入夏季是张槎吃笋的季节，竹笋向来是人们喜爱的美食，雨后春笋满足了人们舌尖上的享受。张槎沙口笋目前正是出土的旺季，已经成为张槎市民餐桌上的一道不可多得的美味。

张槎食笋正当时



产期

出产期可持续到九月底

大头典竹分布在华南至西南，生长于平地、山坡或河岸，大头典竹笋在张槎则以“沙口竹笋”为本地人熟知，是本地特色农产品。

据介绍，沙口竹笋每年5月下旬开始产出，持续至9月底，生产期4个多月。夏季天气闷热，经常下雨，温度和湿度共同催生竹笋，雨后的竹笋产量高、质量好。

佛科院负责张槎历史文化调研的教授戩斗勇表示，上世纪八十年代前，张槎各村都有竹笋生产，种植面积超千亩，以莲塘

村的种植最广。“竹基鱼塘”的生态农业模式可媲美桑基鱼塘，沙口笋产量大而且生产期集中，除小部分鲜笋供应市场外，大批量的笋被制成“罐头笋”。莲塘、大富等村都有集体办的“笋场”——罐头笋的生产点。罐头笋由当时的食品出口公司统一收购，销往香港，再转往日本、东南亚一带。直至上世纪九十年代，笋场改由私人经营。

“沙口竹笋”早已名声在外。据悉，如今三水西南一带的竹笋还打着“沙口竹笋”之名销售。

吃法

做法多样 炒煎炆煮都可

据了解，目前张槎沙口笋种植主要分布在村头村沙口地界、莲塘、大富一些地上，生产的笋作为鲜笋在附近出售，或自己享用。

近期气温高、雨水多，竹笋按捺不住，纷纷破土而出。沙口笋有几十种做法，炒、煎、炆、煮都可。沙口竹笋搭配各类肉食如鱼片、猪肉、牛肉等，特别是鲜笋炒鱿鱼更是酒宴常见菜色。过去，本地的餐厅利用沙口竹笋清甜爽口的特点，研究与之配搭的各类食材，形成有沙口竹

笋特色的食谱。

鲜笋还可经简单处理晒成笋干，腌成酸笋，笋干可与牛腩、五花肉、鸭肉等同炆，酸笋可蒸鱼头、可炒牛肉。把竹笋顺着笋的纹理切成片，焯水至八成熟，与牛肉或瘦肉一起炒，放入耗油、酱油、盐等调味品翻炒一小会儿，一道鲜笋炒肉片便可上桌，吃起来爽脆、甜美。

张槎有多间食肆可品尝沙口笋的美味，如张槎生态园、苏记、银天大酒店等，想一尝张槎笋嘢的市民不妨前往寻觅美食。

撰文/摄影 周金满

吃笋好去处

1、禄华茶苑

地址：佛山禅城区张槎昌荣路5号(健博通北侧)

电话：0757-82250333

公交：搭乘121路至下针织城站下

2、苏记餐厅

地址：佛山市禅城区张槎路沙口水厂路口

电话：0757-82130369

公交：搭乘102路至沙口水厂站下

3、沙口生态园

地址：张槎沙口水闸侧

电话：0757-82136800

公交：乘坐102到终点站，下车右手边便是

4、银天大酒店

地址：张槎一路117号大布顶工业园

电话：82202628

公交：乘坐158到大布路口站，下车对面即是

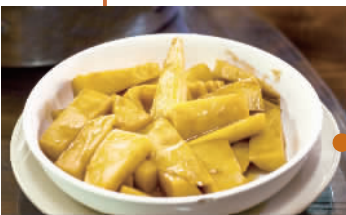
美食特写



笋丝鱼茸粥

材料：竹笋、瑶柱、皖鱼肉(打成鱼蓉)、花生、黄豆、三种米(糯米、珍珠米、丝苗米)

品评：三种米混合，既保证了粥的软糯又让其有了绵柔的口感，需要熬煮超过三十分钟，放入瑶柱、花生、黄豆同煮，之后放入生鲜笋丝，最后才放进鱼蓉，瑶柱为海鲜之味，再加入清甜爽口的笋丝，这碗粥看似张槎人旧时最日常的做法，却是独具地方特色的美味。



耗油鲜笋

材料：笋块、耗油

品评：在张槎，笋的切法从不会切成片状，这里自古以来吃笋都保持着老祖宗最传统的切法那就是切成二指宽，一指厚，筷子夹起来有分量，入口有种嚼之而后快的满足感，这道耗油炆鲜笋，采用的材料很简单，但是本身鲜甜的耗油碰上爽脆的鲜笋，味道更上一层楼。



牛腩焖笋

材料：牛腩、鲜笋

品评：牛腩与鲜笋相互融合，牛腩韧劲被热量分解得恰到好处，而笋吸收了牛腩的味道之后，显得特别浓郁。



白焯鲜笋

材料：鲜笋、酱油

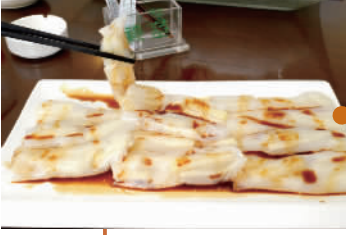
品评：这是最返璞归真的一种做法，雪白的笋肉蘸上鲜甜的酱油，一口咬下去，外咸内鲜的感觉让人感受到笋的最质朴的味道，这也是笋味保持的最原始的一种做法。



笋丝炒面

材料：面、笋丝、葱段、鸡汤、耗油、酱油、胡萝卜丝、洋葱、冬菇、肉丝

品评：面的处理尤其重要，面用开水烫开之后，不能用冷水“过冷河”而是用湿毛巾包裹两分钟，让其热气和水分慢慢被洗掉，经过这样的处理面就不容易一炒就烂掉，保持其弹性。



笋丝拉肠

材料：米浆、笋丝、酱油

品评：这是禄华茶苑特创的一个菜式，这道菜和其他拉肠的做法相似，唯一不同也是最关键是笋的处理，另外这里的米浆采用的都是自然磨制，外滑内爽是笋丝拉肠最大的特点。



笋刺身

材料：笋、三文鱼等

品评：笋做冰镇刺身，笋的选择非常重要，它主要选取竹笋中间位置，绝对不能用头和尾部，头比较老，尾部可能有点苦，中间的肉老嫩适宜，入口冰凉爽脆，夏日食之，叹为一绝。