

夏天最让人期待的是什么？除了空调、西瓜和晚风，当然还有夜宵界的绝对“顶流”——小龙虾！红艳诱人的外壳、Q弹紧致的虾肉，蘸满汤汁的瞬间，一口下去爆汁鲜香，试问谁能抵挡得住这种诱惑？记者走访发现，每年从5月份起，小龙虾的盛宴即火热开启，直至深秋才逐渐退去。在这个时段里，麻辣、蒜蓉、十三香、冰镇、卤水、油焖……市面上各种口味小龙虾轮番上阵，每一只都是舌尖上的狂欢，也承包了吃货们一整个夏天的快乐。

烟火厨房是“战场” 也是生活美学空间

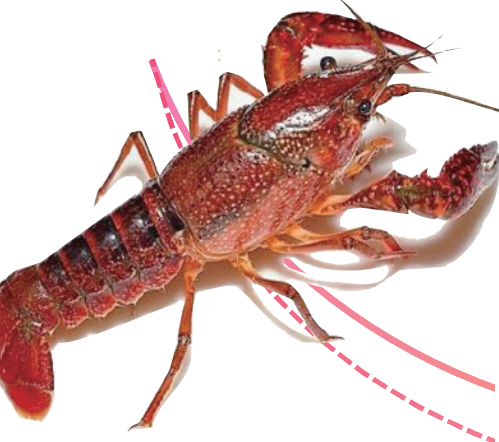
炎炎夏日，厨房里烟火升腾，市民帅女士褪去职场通勤装，换上围裙，正打算下厨煮小龙虾。“现在订购生鲜小龙虾很方便了，可以要求店家帮处理好虾头、虾线并清洗干净，还送货上门呢。”帅女士告诉记者，目前，市场上的生鲜小龙虾价格是视品质及大小不同而定，每斤十几元至二十元不等。收到已处理好虾头和虾线的小龙虾，帅女士又再次用流动清水清洗多遍，以保证虾质更干净。

“做美食也要有‘型’，生活的仪式感就在这些细节里。”帅女士说，比如器皿、摆盘等，对她而言烟火厨房不仅是“战场”，也是展现生活美学的空间。

而对于孩子对重口味的向往与健康需求之间的平衡，帅女士自有妙招。她选用清水养殖的小龙虾，自制麻辣酱料，减少油盐却不失风味，“小龙虾好不好吃的核心是新鲜与用心。”帅女士将清洗干净的小龙虾先过油锅，再放入葱姜蒜以及秘制香料进行煸炒，待到香气爆出后，便与汤汁同煮。锅中的小龙虾在油山火海的伺候下，色泽愈发红润，汤汁和虾体相映交融，“用心做一顿美食就是给家人最好的爱。”锅中翻滚的龙虾逐渐裹上诱人的红亮酱汁，麻辣鲜香也瞬间充盈了整个厨房。

当垫着绿色蕉叶的一大盆色香诱人的麻辣小龙虾被端上桌，家人的欢呼声就是最动听的赞美。孩子们吃得满手酱汁，大呼过瘾，大家笑谈着纷纷加入剥虾行列。帅女士坦言：“下厨的快乐在于分享，在我看来一盆小龙虾带来的笑声，比起什么大餐都珍贵。”

而这朴实热闹的餐桌时光，正是最抚慰人心的人间烟火。



▲清洗已剪掉虾头、虾线的小龙虾。



▲自制麻辣酱料。



▲大火焖煮。



▲享受动手剥虾的乐趣。

没有小龙虾的夏天是不完整的 自家厨房，直至深秋才逐渐退去 每年从5月份起，这一桌盛宴即火热开启，无论夜宵摊或

□记者 黄雅维

最好的社交食物 无论夜宵摊亦或自家厨房

在网络节目《圆桌派》里，陈晓卿有一话：小龙虾是最好的社交食物，因为吃它的时候大家都腾不出手来玩手机。听完细品，觉得的确有几分道理。不论如何，现代都市里的人们终于在吃小龙虾的那一刻，彻底放下了手机，一心一意地专注眼前的食物，享受自己动手剥壳的乐趣，然后一吸一吮，味蕾便得到了极大的满足；无论是在夜宵摊，还是自家厨房，似乎都少不了这一抹浓艳的红，由此可见它在社交场上的“咖位”可不一般啊！

捻起一只小龙虾，先吮一口虾膏，附带的汤汁让麻与辣完美地在口腔中相互交融。然后剥开脊背，一颗Q弹紧实的虾肉卷入口中，接着再吮吸一下外壳附带的汤汁，又香又麻。一口一个，根本停不下来，吃完还要十个手指轮番吮吸一遍才善罢甘休。因为这样的吃法，小龙虾自然将优雅这一气质拒之门外，也正因为平民化定位，小龙虾才得以占据夜宵“江湖”的头牌地位。

诱人的虾黄、红白相间的虾肉，饱满肥嫩，嚼动在齿间……好似只有在这排山倒海的美味中大快朵颐，才算是对夜晚到来的最大致敬。

记者走访发现，如今，像帅女士这样追求“厨房精致感”的“80后”“90后”妈妈日益增多。她们用巧思平衡多重角色，在柴米油盐中提炼诗意。一锅麻辣鲜香的小龙虾，不仅满足味蕾，更传递着健康理念与生活态度——真正的精致，不在于逃离烟火，而在于赋予平常日子动人的光芒。当美食的香气与家人的笑语在暖光中交织，厨房里忙碌的身影便成了最美的风景。所以，

没有小龙虾的夏天是不完整的，赶紧约上家人和三五好友，一头扎进小龙虾的美味世界里吧。



▲色香诱人的小龙虾。



帅女士在厨房烹煮小龙虾