

八月十五中秋节，“4菜上桌，福气进门”



“但愿人长久，千里共婵娟”，八月十五中秋节是喜庆团圆和丰收的节日，也是家人团聚在一起，借助圆圆的明月祈福纳吉的好日子。

作为中国传统的“四大佳节”之一，中秋节正是瓜果飘香，人们沉浸在丰收的喜悦中的节日，所以中秋节也是感恩回馈的节日，在很多人的心目中，八月十五中秋节团圆家宴，这是仅次于大年三十的团聚时刻。

不同的节日，都会有不同的美食相对应，而且也有很多的民俗和讲究，正是因为有了这些节日的美食和民俗讲究，才让我们的传统节日过起来节味十足，也能一直流传下来而被人所津津乐道，中秋节自然也是如此。

八月十五中秋节，除了月饼这必备的节日美食外，老话也有“4菜上桌，福气进门”的说法，那么指的是哪4菜呢？老传统别忘了。

1、丸子——团团圆圆

中秋节是月圆之夜，尤其是今年的中秋节在八月十五当天就是最圆的月亮，这要比往年十五的月亮十六圆要更应景，而喜庆团圆的日子里，象征团团圆圆的丸子更是不能少的。

推荐菜谱：四喜丸子

1.五花肉去皮后清洗干净，然后用刀剁成石榴籽大小的颗粒状，莲藕刮去外皮洗净。

2.洗净的莲藕用擦子擦成丝，攥干水分后剁成细小的颗粒。

3.剁好的肉粒中加入料酒、盐、胡椒粉、蚝油和鸡蛋清打上劲，然后加入剁好的莲藕末搅拌上劲，分次加入适量的干淀粉，把莲藕肉馅搅打均匀，然后用手团成大丸子。

4.锅中入油，油温四成热时把团好的丸子入锅，用小火浸炸至丸子起壳，颜色火红时捞出控油。

5.把炸好的丸子放入盘中，蒸锅上汽后蒸40分钟左右关火，把盘中的汤汁倒入锅中，烧开后加入白糖、盐、一品鲜酱油、胡椒粉调好口味，淋入水淀粉把芡汁调浓稠，然后淋在蒸好的丸子上即可。

2、排骨——步步高升

排骨是逢年过节时家庭聚餐的一道大菜，因为排骨都是一节节，有着步步高升的寓意，中秋家宴也是寄希望日子越过越红火的日子，因此餐桌上自然少不了象征步步高升的排骨。

推荐菜谱：排骨烧黄金勾豆角

1.排骨入清水中浸泡去血水，捞出洗净后沥干水分，然后凉水入锅，水开后撇净浮沫捞出洗净，黄金勾豆角摘洗干净。

2.把洗净的排骨入高压锅中，加入料酒、葱姜块、八角和花椒粒，添入足量的水，盖上高压锅盖压至排骨软烂后关火。

3.锅中入油下入冰糖炒化，把压好的排骨捞出入锅翻炒均匀，使其粘裹上糖

汁，烹入料酒和一品鲜酱油把排骨炒上色。

4.锅中下入黄金勾豆角，跟排骨一起翻炒均匀，加入少许十三香，炒至豆角变色后把压排骨的原汤捞去残渣后入锅。

5.锅中汤汁大火烧开后转小火，炖至汤汁浓稠以后，加入盐、蚝油和胡椒粉调味，大火收浓汤汁后即可出锅享用。

3、螃蟹——八方来财

每年的中秋节前后都是螃蟹应季肥美的时候，这个时节不论是大闸蟹还是海蟹，很多都是“顶盖肥”的时候，因为螃蟹八条腿，还有谐音感恩答谢，因此这螃蟹也就跟月饼一样，成了中秋节家宴餐桌上的传统美食。

推荐菜谱：梭子蟹烧白菜

1.梭子蟹用一根筷子从嘴部插入，然后掰去脐部揭开蟹盖，去除蟹腮和胃囊后剁成小块洗净。

2.白菜洗净后把菜帮和菜叶分开，菜帮部位片成薄片，菜叶切成块。

3.锅中入油，把螃蟹的刀口部位蘸上干淀粉入锅，煎至定型后翻炒至变色后盛出。

4.锅中下入一瓣八角，然后入葱姜蒜爆出香味，下入白菜帮炒至变软，烹入料酒和一品鲜酱油后把煎好的螃蟹入锅。

5.锅中下入白菜叶跟螃蟹一起翻炒均匀，添入适量的汤汁，大火烧开后转小火慢炖，炖至汤汁浓稠后加入盐、胡椒粉和蚝油，开大火收浓汤汁后即可出锅享用。

4、鱼——吉庆有余

“无鱼不成席，无酒不成宴”，凡是重大的节日和喜庆的日子里，餐桌上都少不了一条整鱼，这预示着年年有余和吉庆有余。

推荐菜谱：清蒸石斑鱼

1.石斑鱼宰杀干净，去除鱼鳃、鱼鳃和内脏，用刀刮去表皮的粘液后清洗干净。

2.洗净的石斑鱼切上菱形花刀，然后加入料酒、葱姜和胡椒粉揉搓鱼身，腌制一会。

3.蒸锅上汽后把腌好的石斑鱼入锅，大火蒸6分钟左右，鱼眼变白凸出后关火取出，泌去盘中多余的汤汁，码上葱姜丝和干辣椒丝，浇上热油，沿着盘边倒入蒸鱼豉油，吃鱼时蘸蒸鱼豉油即可。

中秋节讲究的就是团圆喜庆和家人平安长久，因此中秋家宴菜单也别马虎，来上这4道福气菜，祝愿家人花好月圆人长久。

特色推荐

- 盐水鸭
- 烧鸭
- 素什锦
- 南京馄饨
- 红烧狮子头
- 糖醋排骨
- 松鼠鱼
- 藤椒活鱼
- 萝卜牛腩
- 家乡小炒肉
- 砂锅排骨
- 三鲜锅巴



南京饭店 NANJING BISTRO **大华府首家淮扬特色餐厅**

电话:703-385-8686 703-352-8686 地址:11213-C Lee HWY, Fairfax VA22032

招聘企台 小费丰厚

COUPON 10% off 仅限堂吃 截止4/30/2022

6-100 **鲜美可口地道的专业粤菜师傅主理** **莲花园** Lotus Garden **大华府唯一的正宗兰州拉面**

欢迎光顾 **陕西刀削面美味正宗**

特色菜系: 本店靠近泰森角购物中心, 5分钟车程

- 贵妃鸡
- 北京鸭
- XO生翅蚌
- 香脆鱼片
- 金沙龙虾
- 特色黑椒牛柳
- 金条鱼球

电话:703-255-9888 传真:703-255-5188

地址:224 Maple Ave. West, Vienna, VA 22180