

一口伏特加,一口生的肥猪肉,是俄罗斯人的极致人生享受



俄罗斯人是一个爱吃肉的民族,餐桌是离不开肉的。俄罗斯天气寒冷,肉可以补充热量,大量吃肉很正常,但如果是生吃肥猪肉,会怎么样呢?

你可能会以为,那一定难以下咽吧?

不,在俄罗斯,生吃肥猪肉可是常见的事儿,事实上,俄罗斯人根本就离不开生的肥猪肉。喝一口伏特加,再大口咬一块生的肥猪肉,是俄罗斯人的一种人生享受。

外人听见了,常会惊呆,毕竟现在早已不是茹毛饮血的年代,如此野蛮的吃法,有点不符合人类文明的规则,可是俄罗斯人却骄傲地说,没错!我们就是生吃肥猪肉,如果你也吃过的话,就会知道它有多美味了,根本就再也离不开。

俄罗斯人吃的生肥猪肉,叫做萨洛(Сало),这道菜是俄罗斯的家常菜,虽说是生的肥猪肉,当然也不是从猪的身上切下来就吃,而是先将生的肥猪肉用盐,胡椒,辣椒等香料进行腌制,入味之后,放在冰箱里,或者阴凉通风的地方储存起来,吃的时候,切成薄片即可食用。

俄罗斯人吃的萨洛,一般都是自家腌制的,特别是在农村地区,家庭主妇都会腌制萨洛,俄罗斯人喜欢聚会,如果将妈妈腌制的萨洛带到派对上,会大受朋友们的欢迎。

萨洛的制作方法也不难,取一块上好的肥猪肉,厚度要在三厘米以上,一定要选用新鲜的肥猪肉,新鲜的肥猪肉应是浅粉色或白色。一般来说,从猪的颈部到肩胛骨处的肥肉最好,肉质又厚又嫩。

选好原材料之后,将肥猪肉切成大块,先在浓盐水中浸泡两天,然后将肉块从浓盐水中取出来,沥干水分后,再将盐涂抹在肉块上,让整个肉块都裹上一层盐。然后准备一个大木箱子,在里面铺上一层干净的牛皮纸,再往牛皮纸上撒约1厘米厚的盐,然后将肉块平铺在箱子里,铺完一层后,在上面再撒约1厘米厚的盐,以及月桂叶、辣椒、胡椒、茴香等各种调料,然后继续铺第二层。就这样,一层肉块,一层盐和调料,直到把整个木箱装满。

装满之后,在上面盖一层干净的牛皮纸或布,然后盖上盖子,在盖子上压上石头或其他重物,然后把箱子放在阴凉处,等过上一段时间,调料差不多入味了,就可以随时食用了,短时间吃不完也不用担心,放在阴凉的地方存放即可,这样腌制的萨洛,可以保存很久。

有人担心,生吃肥猪肉,可能会有细菌和寄生虫,其实制作萨洛的肥肉块,主要使用的是脂肪,而不是瘦肉,寄生虫大多寄生在猪的肝脏、肌肉、脑等器官内,却不会寄生在脂肪内。

此外,在腌制的时候,先在浓盐水里浸泡两天,然后抹上一层盐,而且还有胡椒、茴香等香料,再压上大石头腌制很久,即便有细菌和寄生虫,也早就消灭了,所以吃萨洛基本不用担心卫生问题。

俄罗斯人吃的萨洛,在外人眼里,即便经过腌制,也仍然是生冷油腻的肥肉,看了让人没有食欲,根本就难以下咽。但是对于俄罗斯人来说,切上一块黑面包,再切上几片萨洛,再配上一碟酸黄瓜,倒上一杯伏特加,简直就是人间美味。

俄罗斯人有时候会将萨洛、酸黄瓜、青菜等,一起夹在黑面包里面,就像一个三明治。酸黄瓜爽脆可口,黑面包绵软厚实,中间夹着几片萨洛,一口咬下去,根本感觉不到生肥肉的油腻,其实相当美味。

萨洛离不开伏特加,它们是最好的搭档,喝酒之前,先吃几片萨洛,由于萨洛是肥厚的脂肪,可以确保酒精吸收缓慢,这就减少了酒精对胃的伤害。

此外,由于萨洛在食用之前,已经用盐和各种香料腌制过,再配上大蒜和青菜,所以吃起来就没有了生肉的油腻感,成了一道美味又营养的下酒菜。

萨洛在俄罗斯如此受欢迎,除了营养丰富,美味可口,和俄罗斯的地理环境也有关系。俄罗斯有着漫长的严寒,这就需要高热量食物,而萨洛就是这样的食物。俄罗斯人在长途旅行或者外出钓鱼的时候,总是带着萨洛、酸黄瓜、黑面包和伏特加,这样在外面就不至于受冻挨饿。

很多人觉得生肥猪肉腌制的萨洛必然会影响健康,但事实上,萨洛除了热量高,还含有多种维生素,适量食用能强健心肌、提高免疫力。而且吃萨洛的时候,一般都会搭配着青菜与黑面包,以做到均衡营养。

萨洛是俄罗斯人最喜爱的食物之一,但据说萨洛的起源地,最早却是在古代的意大利。早在两千多年前,意大利采矿场的奴隶们,最先食用这种食物,因为当时贵族们只吃肉,他们认为猪的脂肪是垃圾,于是就用这些垃圾来喂养奴隶。

后来,古罗马人将这种食物用粗盐揉搓,然后放在大理石容器里储存,因为石头可以保持较低的温度,所以可存放得更久,这样就能养活更多的奴隶,他们将这种廉价的垃圾食物称为lardo。

随着时间的推移,lardo不再只是奴隶的食物,一些平民也开始吃,再后来,它甚至出现在贵族的餐桌上,不过,贵族们吃的lardo,不是奴隶们吃的简单用粗盐揉搓的,而是加入菠萝、迷迭香、茴香等香料精心制作的美食。不久,由于其简单方便,又有营养,lardo开始供应给军队,成为罗马军团的饮食之一。

后来,萨洛传到了气候寒冷的古罗斯,由于萨洛高热量,很快就成了斯拉夫人的食物。最初,萨洛也只是斯拉夫平民的食物,因为瘦肉和骨头很贵,只有贵族们才吃得起。平民们在学会腌制萨洛后,这种食物帮他们熬过漫长的寒冬。之后萨洛的受众越来越普遍,人们在萨洛中加入了更多的香料,萨洛最终成了斯拉夫人离不开的一道美食。

不过,关于萨洛的起源,还有另一种说法,认为它是乌克兰人的发明。16世纪,信仰伊斯兰教的鞑靼人,经常侵袭斯拉夫人,掠夺财物和牛羊。为了吓跑侵略者,斯拉夫人想出了一个办法:他们大量饲养小猪。猪让鞑靼人感到厌恶,他们没有去抢掠猪。

斯拉夫人发现这招有用,就饲养更多的猪,用猪油擦拭各种物品,他们甚至还用猪油涂在帘子上,挂在地窖门口,以保护地窖的财物不被穆斯林抢掠,果然,猪油的气味吓跑了入侵者。

用猪油吓走了鞑靼人之后,因为饲养了太多的猪,为了长期保存猪肉,他们开始将生猪肉用盐腌制起来储存,这就是早期的萨洛。但是瘦的猪肉容易过期,相比之下,用肥猪肉腌制的萨洛,无论是不是冷藏,都可以保存更长时间。

在当时,萨洛被视为一种廉价的、营养丰富的食物,农夫们经常食用萨洛,以保持他们的强壮和健康。萨洛被认为是一种高热量的男性食物,体现了力量和勇气。在乌克兰农村,至今还有一种说法:“不吃萨洛的男人,是干不了体力活的。”

古代哥萨克士兵行军作战时,萨洛也是必备的干粮。当时条件艰苦,而哥萨克士兵却能在恶劣的环境下,长期保持骁勇善战,所到之处所向披靡,让敌人望风而逃,据说与常吃萨洛也有一定关系。

到了现在,萨洛已经是乌克兰人和俄罗斯人普遍喜爱的美食,而食用它的人,也早已没有了贵族和平民之分。尤其在俄罗斯,萨洛又遇到了伏特加这个好搭档,一口伏特加一口萨洛,问问俄罗斯人,还有比这更爽享受吗?

今天,在世界上其他地方,人们认为猪肉脂肪是不宜健康的食物,但在俄罗斯,它却依然是最受欢迎的美食之一。如果去俄罗斯,别忘了尝试一下萨洛,没准会合你胃口,从此爱上它呢。

(苏萨)