



每年一到这个时节除了及时增添衣物，在饮食上也需要做出相应的调整，那就是进补。而鸭肉就是霜降时节必吃的食物之一，这个时节的鸭肉不仅肥美而且富含蛋白质，具有滋阴养胃、健脾补虚的作用。



说到这，就不得不提有着一百五十多年历史，被无数吃货喜爱的有着极具特色的传统手工美食——

来安雷官板鸭



雷官镇地处圩区，三面环河、水质清澈，有着适合鸭子生长的环境，所以雷官的农民自古就有养鸭子的传统，雷官人喜欢养鸭，也善于烹饪鸭子，以百年老卤及其独特的加工方式腌制出来的板鸭和派生出来的系列产品鸭宴深受老百姓的欢迎。





宰杀好的鸭子需要用炒盐将鸭子细致揉搓以便盐分充分深入鸭肉内部，之后腌制好的鸭子需浸没在熬制的陈年老卤里加入传统的配方及现代的精细工艺制作而成。







这最后一道工序就是烹煮，将晾晒后的鸭子洗净温水浸泡，直至鸭肉回软。巧妙填充进配料，尾部的斜面空心竹管，使得板鸭在烹煮时内外同时加热。在汤汁中浸两分钟后拎鸭脖提起，腹内的水通过竹管流空，又重灌满锅内的汤汁，深灶铁锅，温度循环传递，温煮炖足，美味悄然释放。



