



舌尖记

寻找大同人的美食记忆(二)

黄焖鸡块：香酥软嫩 老少皆爱

黄焖鸡块也是老大同“八大件”之一，而且是“八大件”中唯一一道由鸡肉制作的菜品。作为过去大同人在家人团聚或是宴请宾朋时不可缺少的一道菜品，黄焖鸡块深受大同人的喜爱。

据有关资料记载，黄焖鸡块是河南、山东传统名菜，制作此菜的主要食材有鸡肉、笋和木耳等。其中，鲁菜中黄焖鸡块的做法是先将鸡块腌制，之后炸，最后焖煮，这样做出来的黄焖鸡块的口感和家常炖鸡基本相同。

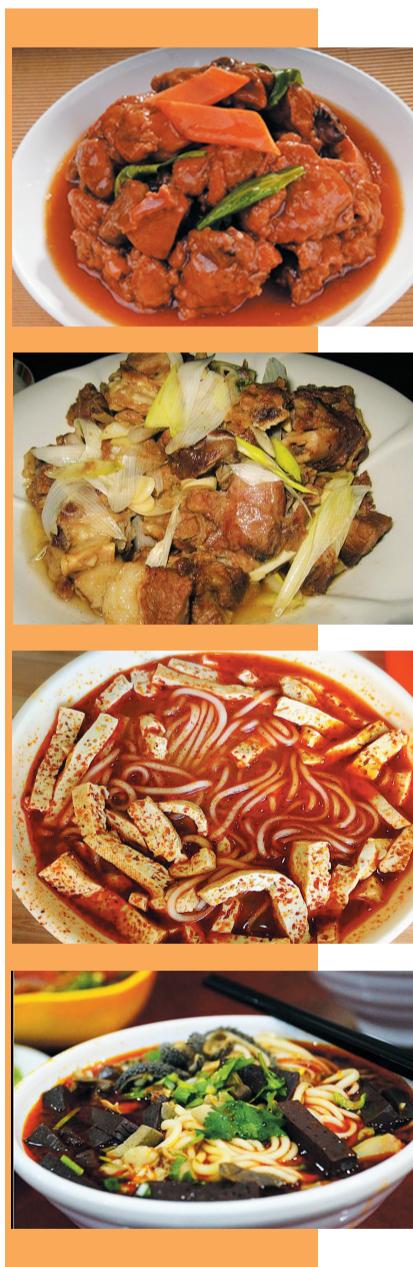
老大同黄焖鸡块的做法与鲁菜系

的做法不同，其在学习了鲁菜黄焖做法的同时又有所创新，形成了自己独有的做法与口感。老大同黄焖鸡块一般没有配菜，制作前要先把鸡块放入容器中，加入胡椒面、鸡蛋、料酒、盐、味精、淀粉、葱姜水，抓均匀腌制15分钟。之后将腌制好的鸡块炸至金黄，最后上笼蒸两个小时。用这种方法做出来的黄焖鸡块香酥软嫩、味鲜汁浓、色泽黄亮、入口即烂。

鲁菜中的黄焖鸡块传至大同为何被改良成了“蒸菜”，我们不得而

知。但由于其具有软嫩、原汁原味、味鲜汤清、低油低脂、易于消化等特点，多年来一直深受人们喜爱。不过，近年来，随着人们饮食习惯的改变，整只的烧鸡、香酥鸡、炖鸡更多地被端上餐桌，香酥软嫩的黄焖鸡块渐渐不再是大同人餐桌上的主角了。而且现在的年轻人中，也很少有人会做传统的老大同黄焖鸡块，一些年轻人甚至将街头的“黄焖鸡米饭”与黄焖鸡块混为一谈，这不能不令人感到遗憾。

王锦华



豆腐粉：食材普通味道香

关于大同的豆腐粉，记者在网上查了好多资料，也没有找到它的“前世今生”，搜索到的答案只有两个字——好吃！

记者对豆腐粉的热爱，还是从一家没有招牌的小店开始的。每天一大早，这个小店便开始人来人往。老板留着花白的山羊胡，经常还叼着根烟。据说他做豆腐粉已经40年了，所以从他的从业年限来说，豆腐粉至少已经有40年的历史了。

老板对于豆腐粉的解释很简单，就是豆腐和粉。可就这么简单的两种食材，却被做成了一道不简单

的美食。做豆腐粉对豆腐有很高的要求，一定要选卤水浆点的豆腐。先把豆腐切成1厘米厚片，上锅大火蒸制15分钟。这时，豆腐上就会出现很多孔，更容易入味。等豆腐放凉，将其切成细条，再加调料腌制。制作汤料时要先把油熬热，并加入葱、姜、八角、花椒、小茴香等多种调料。出香味后捞出调料，待油放至六成熟时，将油缓慢加入辣椒粉中，并不断搅动。吃的时候，高汤煮过的蒸豆腐加上粉条，再淋上浓香四溢的红油，看着就香。再配上小油饼、茶叶蛋，蘸着汤汁吃，一个字——“香”！

孟维鹏

大同羊杂：鲜香扑鼻 油而不腻

说到大同的传统美食，就不得不提羊杂。

羊杂是大同比较有代表性的美食之一，是用羊的心、肝、肺、肚、肠、血等原料烹制而成。一般有两种，一种是全羊杂，一种是粉羊杂。但无论哪一种，都鲜香扑鼻、油而不腻，令人垂涎欲滴。

据说大同人吃羊杂始于元朝，“杂割”一词还是忽必烈之母所赐。相传，元世祖忽必烈由晋地入中原，路经曲沃县时，其母庄圣太后染疾。曲沃名医许国桢为其诊治痊愈，遂成为忽必烈之母

的宠信御医，许母韩氏也随其子侍奉庄圣太后。一天，韩氏将羊下水洗净、煮熟，配以大葱、辣椒吃，发现其味甚美，遂敬献太后品尝。太后吃罢，浑身大汗淋漓，顿觉神清气爽，当即赐名“羊杂割”。

大同最早的羊杂并没有粉条之类的东西，当时的羊杂就是我们所说的纯羊杂，包括羊心、羊肝、羊肺、羊肚、羊肠等。而且其味更纯，调料主要以油、盐、葱、姜、蒜、胡椒为主。据老年人讲，他们记忆中的羊杂，是要加白菜

的，这样的羊杂不腻，而且还能冲淡羊膻味。直到上世纪五六十年代后，大同的羊杂才开始加入粉条，做法也简单了许多，并渐渐成为我们大家现在熟悉的粉羊杂。

现如今，大同的羊杂店几乎遍布大街小巷，其中比较出名的有帅府街羊杂、贺老人羊杂、张老人羊杂等。当一碗热乎乎、香气四溢的羊杂端上桌，调进油汪汪的红辣椒，光是看着就会立刻让你胃口大开。如果再配上刚炸出来的油饼，美味更是让人难以抵挡。

孟维鹏

■广告

2021《大同晚报·美食周刊》大同日报传媒集团全媒体美食频道战略合作伙伴

蒙鹿毛肚火锅

越懂火锅 越爱毛肚

龙园店:水泉湾龙园D区1号商铺 电话:7969888
花千树店:太和路与重熙街交汇处 电话:6204888
百盛店:清远西街百盛购物中心3楼 电话:19903526250

大同市餐饮饭店业协会
打造美食之都 弘扬美食文化

云冈黄酒

大同云冈酒业有限责任公司
销售热线: 0352-5520900

谦益泰茶莊®
让端起茶杯的人
都成为爱茶的人

地址:鼓楼古玩城三楼305
电话:15803423777