



## 当秋日美食遇浪漫中秋



### 秋日食羊记

大同人吃羊肉讲究“鲜”字，所以每日最新鲜的羊肉还带着热气就被摊主摆放在案上，而客人们也会熟练地挑选当日菜品所需的羊肉部位。

最能代表大同秋日烟火气的，当属粉羊杂。在锅灶上翻滚着红彤彤的汤面中浮着细碎的油花，羊肝、羊肚、羊肺切得均匀，盛在粗瓷碗里，撒上翠绿的香菜、鲜红的辣椒油，加上本地的细圆粉条。老食客坐在街边的小马扎上，吸溜着热汤，咬一口外酥里嫩的油饼，额头渗出细汗，方才觉得这秋天算真正踏实了。

选本地散养的山羊肋排，肥瘦相间带着骨香，切成方块后冷水下锅，加几片姜、两段葱，撇去浮沫便只用清水慢炖——这是大同人吃羊的讲究，不抢味，只留肉本身的鲜。等锅里的羊肉炖得能用筷子戳透，就加入滚刀块的本地胡萝卜。橙红的萝卜吸饱了奶白的羊汤，渐渐变得软而不烂，甜丝丝的滋味反倒衬得羊肉更醇厚。起锅前撒一小撮盐，连味精都不用，盛在粗瓷大碗里，羊肉酥嫩不柴，萝卜清甜入味，连汤都要泡着莜面窝窝喝，一口下去，从舌尖暖到脚尖。

羊肉烧麦是下饭店常点的主食，薄如纸的皮里裹着鲜嫩多汁的羊肉丁，咬一口，汤汁在舌尖迸发，鲜得人眉毛都要跳起来。

大同人秋日吃羊，吃的是食材与季节的默契和对生活的热爱劲儿。当秋风掠过华严寺的飞檐，当落日为古城墙镀上金边，来一份与羊肉相关的美食便是大同人最踏实的秋日幸福。

(小孟)

### 编者按

在大同，秋天的风光最为宜人。碧空万里，风和日丽，凉风习习，秋高气爽。到乡村走一走，放眼望去，无边的田野里，目之所及满是令人心醉的金色，在阳光的照射下越发光耀夺目。醉人的秋色激起的不仅是丰收的喜悦，还有食欲。本版以“当秋日美食遇浪漫中秋”为主题，解锁秋天美食，解读老大同人中秋节食俗，以美食为伴，共度假期。

### 螃蟹 秋天的“限定快乐”

秋风起时，蟹脚便痒。这藏在青灰硬壳里的鲜美，是季节写给人间最诚意的请柬，让每个食客都甘愿为它停下脚步，赴一场关于秋天的味觉之约。这个时节，何不去凤临阁·味庄尝一尝正宗的阳澄湖大闸蟹呢？

据凤临阁·味庄的负责人介绍，近年来，凤临阁·味庄一直都与阳澄湖大闸蟹产地预订螃蟹。今年9月28日，阳澄湖大闸蟹开湖，随之饭店的菜单上就有了阳澄湖大闸蟹开始售卖。凤临阁·味庄的李大厨告诉记者，食蟹讲究“不时不食”，九月雌蟹满黄，十月雄蟹丰膏，差一日便差一分滋味。鲜活的大闸蟹无需繁复调味，清水慢蒸即可。蒸好的蟹掰开蟹壳，雌蟹的蟹黄凝脂般橙红，入口绵密醇厚，咸鲜与丰腴的油脂让人欲罢不能；雄蟹的蟹膏如白玉半透，抿在舌尖便化开，美味至极。

在凤临阁·味庄还有螃蟹的“周边美食”——蟹粉烧麦，堪称一绝。其馅以蟹肉和蟹黄制作而成的蟹粉为底，与猪肉馅按比例拌匀。为了让食客可以多品尝几种烧麦的味道，店家推出的小份烧麦一笼只有3个，丝毫不影响品尝其他美食。吃蟹粉烧麦不宜粗暴对待。夹起时必须小心，疏忽便会让烧麦“皮开肉绽”，可惜了那口精华。咬一口，内馅实在，鹅黄溶浆，汤腴味正。轻轻咀嚼品尝，汤汁四溢，蟹味浓郁，

满口的蟹香萦绕舌尖久久不散。怕腻，沾点醋也不为过，但不能多，多了就抢了蟹的美味。

吃蟹的仪式感，藏在“蟹八件”的精巧里，也藏在徒手剥蟹的烟火气中。无论怎么吃，总得要慢慢来。这慢下来的时光，才是食蟹的真意。

(牛瑞芳)



### 中秋家宴：寻常滋味里盼团圆

大同的中秋节，既有北方过节的热闹劲儿，又藏着晋地人家代代相传的细腻讲究。从街头巷尾的习俗仪式，到餐桌上热气腾腾的家宴，每一处细节都裹着对“圆满”的执念。

大同人的中秋家宴，从来不是精致的摆盘，而是实打实的“硬菜当家”，每一道菜都藏着对家人的心意，也透着晋北饮食的豪放。头一道必是大同烧麦，这可不是寻常早餐的小烧麦。中秋家宴上的烧麦个头足有拳头大，皮薄得能透出里面的馅料——羊肉末拌着本地的沙葱，再掺上少许姜米提鲜，上笼蒸得面皮发亮，咬一口，汤汁顺着嘴角流，鲜得人直眯眼。长辈们总

说，烧麦的褶子要捏够十八道，像极了月亮的光晕，吃了才算团圆。

接着上桌的是浑源黄芪炖羊肉，这是塞北人中秋补身的“标配”。羊肉切成大块焯水后，和浑源特产的黄芪、葱段一起下锅慢炖，不用过多调料，只靠羊肉本身油脂和黄芪的甘香碰撞出滋味。炖好的羊肉软烂不膻，汤头呈琥珀色，舀一勺喝下去，暖意从胃里直传到脚尖，恰好驱散深秋的凉意。

素菜里最不能少的是家常拌粉，家里基本都是一大盆起步，吃多了大肉，这一口拌粉真的是清利爽口，淋上陈醋、蒜泥和少许香油，入口清爽带点微酸，刚好解烧麦和羊肉的腻。

月饼自然是不能少的，和南方的苏式、广式月饼不同，这里的月饼是“胡麻油月饼”，饼皮用胡麻油和面，酥得掉渣，咬一口满是胡麻油的香气。全家围坐时，每人一块，就着月光慢慢吃，聊着家常，中秋的团圆味，便在这烟火气里落了地。

大同的中秋没有繁复的规矩，却把对家人的牵挂、对生活的热望，都藏在了这些代代相传的习俗与滋味里。这便是塞北古城的中秋，粗粝又温暖，热闹又踏实，像那轮挂在城墙之上的月亮，年年岁岁，照亮每一张团圆的脸。

(孟维鹏)



### 老大同过中秋 月饼怎么吃？

中秋节的味道，是月饼的味道，是思乡的味道。老大同作为繁华之地，人们如何拜月赏月吃月饼？记者就此采访了我市厨界大师赵富平。

现在街巷里虽然看不见为“打月饼”而搭建的临时帐篷，但混糖月饼依然是大同人中秋节的主角。赵富平说，老大同的月饼品类很丰富，除了寻常的混糖月饼，还有带馅月饼。混糖月饼又有白糖月饼、红糖月饼、冰糖月饼。带馅月饼有提浆月饼、翻毛月饼、小大杂等等。老大同带馅月饼中有一款名为“自来红”的月饼，现已淡出人们的视线，鲜为人知。几经周折，记者在采访中发现，已有30多年历史的林信斋还在制作、售卖“自来红”。据林信斋的负责人介绍，“自来红”又叫“丰收红”，有着美好的寓意。因此，林信斋每年加工中秋月饼时都会制作“自来红”。“自来红”的饼皮用的是混糖月饼的面料，馅料是传统的五仁馅。先包成稍小、但有厚度的圆饼，然后在圆饼上用食用色素盖一个红色的“印章”，故称“自来红”。之后入烤箱烤制。“自来红”皮酥馅软，别有风味。

赵富平介绍说，老大同中秋节祭月、拜月仪式十分隆重，供桌的摆放也颇为讲究。供品以月饼为主，中间摆月儿爷。月儿爷要用细竹条支撑立起摆放。水果除了梨之外，均可摆上供桌。中秋之夜，待月亮升起，祭月、拜月仪式完成后，先将瓜桃李果等水果撤下，把月儿爷按家庭人数等分(分双数)，每人一份分食。

老大同人把月儿爷也叫月光爷。但鲜有人知道，除了月光爷，老大同还有日光爷。赵富平介绍说，日光爷每个2斤左右，上面写有“日”字。八月十六近中午时分，同样将日光爷摆上供桌，摆红枣、核桃、花生、栗子四个干果碟，还要搭配一些水果，敬香，祭拜。至此，中秋节才算圆满结束。

(牛瑞芳)