



商洛特色饮食

中国人民政治协商会议
商洛市委员会学习文史委员会

装帧设计：毛浓丹

封面绘画：王军强

插图：秦 人



陕内资图批字(2004)HS·19号

工本费：15.00元

商洛特色饮食

中国人民政治协商会议
商洛市委员会学习文史委员会

商洛特色饮食

中国人民政治协商会议
商洛市委员会学习文史委员会 编

陕西省商南顺意印务有限责任公司印刷
850×1168 毫米 1/32 印张 7 印张
字数 170 千字 2004 年 8 月第一次印刷

印数：2000 册

陕内资图批字（2004）HS·019 号

工本费：15.00 元

《商洛特色饮食》编辑部

主 编：唐庆华

副主编：张永奎

编 辑：何宏志

撰 稿：田家声

品味特色饮食 感悟特色文化

——代序

唐庆华

孔子曰：“饮食男女，人之大欲也”。

饮食，顾名思义：饮者喝也，食者吃也。特色饮食，亦称风味饮食。即某一地方独具特色的饮食品种或饮食习惯。考其形成原因，大体有三：其一，与当地的生产生活条件和经济发展水平有着直接的关系；其二，是当地的风俗习惯、风土人情在饮食方面的体现；其三，有源远流长的、与之相适应的文化内涵。

田家声先生所撰的《商洛特色饮食》，凡38种，详细介绍了每一种的特点及用料与作法，又配以鲜活、生动的童年生活故事，很自然地将故乡的世事、民俗、文化以及亲情等融合于字里行间，读后不仅让人回味无穷，而且又能勾起我们这一代人对往昔艰辛生活既酸涩又甜蜜的回忆……

2 ●商洛特色饮食

商洛山大沟深，自然条件差异很大。除少数川道地区生长小麦、稻谷之外，大多山区和深山区只能生长玉米、杂粮和薯类作物。历史上，商洛人的膳食便形成以杂粮玉米、豆类、洋芋为主的结构。山里人常年吃玉米、薯类，间以洋麦、燕麦、荞麦、杂豆等，一日三餐，变化甚微。

于是，便有一些巧妇、能人尝试粗粮细作，或在节日改善生活，或招待贵客，并互相传授、模仿，久而久之，便形成极具特色的饮食习俗，有的则脱颖而出，成为名噪遐迩的风味小吃。

新中国成立之后，尤其是党的十一届三中全会以来，山区人民生活逐步改善，人们在追赶城市生活，改革饮食习惯中不文明习俗的过程中，进一步继承和发扬着特色与文明的饮食习俗。随着人们生活水平的日益提高，消费观念发生了很大变化，尤其在饮食方面，有机和绿色食品越来越受到青睐，风味小吃则已成为绝大多数城里人早点的正餐，有的甚至替代山珍海味，堂而皇之地登上了招待贵宾的大雅之堂！在这样的背景下，品味商洛特色饮食，感悟商洛特色饮食文化，对于扩大商洛的对外开放，无疑将会产生积极的影响。这正是市政协编印出版这本集子的意义所在。

2004年5月

目 录

序

品味特色饮食 感受特色文化

..... 唐庆华 (1)

特色饮食

麦仁饭	(1)
浆 粑	(3)
豆角蒸面	(5)
荞面饸饹	(7)
烤棒子	(9)
杂 面	(11)
商州糊汤	(13)
南瓜包子	(15)

2 ● 商洛特色饮食

包谷糝子	(17)
麻 食	(19)
红薯油糕	(21)
腊 肉	(23)
酸 菜	(25)
搅 团	(27)
羊 杂	(29)
商芝肉	(31)
老鸭扑崖	(33)
商州“封猪头”	(34)
糊汤面	(36)
包谷花食趣	(38)
粘面饼	(40)
商州肉煮馍	(42)
豆渣馍	(44)
鳖看水·老鹄蛋	(46)
豆 煎	(48)
商州茶食	(50)
商洛山中打糍粑	(52)
榆钱焖饭	(54)
红薯棒棒	(56)
醪糟醅声声	(57)
家乡的柿子醋	(59)
炒面小记	(61)
茴香饼	(63)

茄 糊	(65)
发 糕	(66)
荒年野蔬忆录	(68)
柿泥馍	(71)
商洛“扫席汤”	(73)

食苑杂记

在东岳庙吃糍粑	(75)
第一次吃火锅	(77)
红帐篷·麻辣烫	(79)
白胡须·红葫芦	(80)
说秦饼	(81)
家乡的花馍	(83)
食肉小记	(85)
魂系拌汤	(87)
吃豆渣	(89)
故乡的萝卜	(91)
赤豆情	(93)
那浓浓的绿豆汤	(95)
锅盔情愫	(97)
羊肉泡馍	(100)
地软情	(102)
家乡的豆腐	(104)
家乡的小米粥	(106)

4 ● 商洛特色饮食

家乡的炒饴饹	(108)
山阳柿子酒	(110)
商洛端阳槲叶粽	(111)

食俗趣话

从古到今说食德	(112)
商州的乡席	(114)
“吃席”记趣	(116)
家乡的“老碗会”	(118)
商州人过端阳	(120)
陕南腊月	(123)
商州酒俗	(125)
打平伙	(126)
看 夏	(127)
一场祭祖的家宴	(129)
汤 趣	(131)
饺子的变迁	(133)
野 炊	(135)

乡食漫忆

说柴说米说油盐	(137)
嗜辣家风	(140)
口 味	(142)

咸盐的回忆	(144)
糖，无尽的遐思	(146)
“洋糖”·豌豆粒儿·炒鸡蛋	(149)
二爷家的核桃树	(152)
家有红椿树	(155)
枣 魂	(157)
故乡有片桑树林	(159)
槐乡寻梦	(161)
幽幽小巷换杏声	(163)
乡情悠悠	(165)
四爷和他的油坊	(167)
油河，油	(169)
鸽情悠悠	(171)
家乡的兔肉	(173)
反思蜗牛	(175)
鸡，从年饭到常餐	(177)
童年鳖事	(179)
二龙湖观鲢鱼	(181)
吃鱼小记	(183)
常忆儿时逮蝓蝓	(185)
野菜情愫	(187)
家乡的马齿苋	(189)
丝瓜情思	(191)
棒子飘香忆童年	(193)
豌豆食趣	(196)

6 ●商洛特色饮食

红薯的故事	(199)
记忆中有片黄酒店	(201)
粮票杂忆	(203)
后 记	(205)

麦 仁 饭

麦仁是大麦的产物。大麦以水浸湿，用石碾碾去皮，就是麦仁了。

麦仁又有浑麦仁与拉麦仁之分。浑麦仁犹如去掉稻壳之米粒，颜色白中带青，受火，耐煮。拉麦仁碎如玉米糝子，做饭方便。记得小时候在家逢了吃浑麦仁粥，母亲整晌子坐在灶门口添火烧煮，待吃时还不很烂。不烂的麦仁吃在肚里嘈杂，我不大喜欢吃。那时，农村无有钟表，庭院花圃里种着的牵牛花可报时辰。每日早、晚，当那红的、白的、紫的、黄的五颜六色的牵牛花绽开的时候，就是各家主妇开始烧火煮麦仁的时候。

麦仁饭越稀越好。若煮了扁豆、赤豆或豌豆更为上乘。此食粘粘、红红，香甜可口，老少咸宜，久食上瘾。传说西汉之时，十二岁的刘秀被王莽从南阳一直追赶到商州境地，恰遇一村妇提着一罐罐麦仁豆豆稀饭给田间做农活的丈夫送去。刘秀被王莽追赶得饥渴难忍，遂下马施礼讨饭吃，村妇怜悯于他，

2 ● 商洛特色饮食

把一罐罐麦仁稀饭尽让他吃了。后来，刘秀得了天下，当了皇上，也许是皇宫里的山珍海味、美食美餐吃腻烦了，便想起昔日落难之时所食的那一罐麦仁稀饭太香甜不过了，遂派遣御史大臣到商州寻找当年给丈夫送饭的那位妇人，将她接到皇宫，专门给刘秀做麦仁豆豆稀饭吃。

麦仁面，吃过吗？即麦仁汤内下了面条，烩了浆水菜，当然是咸食。碗里盛了那食，红筷子挑了那糊糊的麦仁汤裹了的白面条，吃在嘴里香煞人。于是，每逢母亲做麦仁面，我就一碗又一碗地吃，硬是吃得不想撂碗。

外婆爱喝麦仁汤，母亲喜食麦仁粥，我则嗜吃麦仁面。童稚时，母亲常常领我熬外家，外婆家可以说是“宁可一日食无米，不可一日食无麦仁”。就这样，年复年，月复月，麦仁养育了我们三代人。因了此，我对麦仁饭就有了一种特别的感情。然而，待我长大离开家乡之后，就再也见不上、更吃不到麦仁饭了。光阴荏苒，弹指间我在城市里生活了三十多年，虽然上顿白米、下顿白面的，但吃得人腻烦而吊胃口。于是，我曾写信给乡下母亲，让家里设法给我捎些麦仁米。那料母亲的回信令我出乎意料的失望。她在信中说：“……妈怎不知儿的口味。不是为娘的心狠，不给孩子捎麦仁，这些年农村不种大麦了，麦仁粥都快把妈妈想死了，你外婆临终前想喝碗麦仁汤，急得你二舅跑遍了村前村后、村东村西一转匝也未寻到一粒麦仁。无奈，你大舅将柜里的小麦舀得一升，用“电磨”磨碎充麦仁，做了一碗不是正宗麦仁的麦仁汤给你外婆灌下，你外婆喝着喝着便闭了双眼，倒头而去……”

好想吃麦仁面啊！