

山水坝子 探食记

中国国家地理
CHINESE NATIONAL GEOGRAPHY



敢于胡乱 著

CS 湖南科学技术出版社

曲靖。

山水坝子 探食记

敢于胡乱·著

图书在版编目(CIP)数据

山水坝子探食记 / 敢于胡乱著. — 长沙: 湖南科学技术出版社, 2018.9

ISBN 978-7-5357-9903-6

I. ①山… II. ①敢… III. ①散文集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第191333号

SHANSHUI BAZI TANSHIJI

山水坝子探食记

著 者: 敢于胡乱

策划推广: 北京全景地理书业有限公司

出 品 人: 陈沂欢

策 划 人: 王睿智

策划编辑: 马晓茹

责任编辑: 李文瑶

特约编辑: 程忆南 李 佳

地图编辑: 苏倩文

装帧设计: 王喜华

制 版: 北京书情文化发展有限公司

出版发行: 湖南科学技术出版社

地 址: 长沙市湘雅路276号

<http://www.hnstp.com>

湖南科学技术出版社天猫旗舰店网址:

<http://hnkjcs.tmall.com>

邮购联系: 本社直销科0731-84375808

印 刷: 北京中科印刷有限公司

版 次: 2018年9月第1版

印 次: 2018年9月第1次印刷

开 本: 787mm×1092mm 1/32

印 张: 8

字 数: 130千字

广告经营许可证: 京朝工商广字第8087号

书 号: ISBN 978-7-5357-9903-6

定 价: 58.00 元

(版权所有·翻印必究)

自序 云南异

粗简些说，云南大地的核心组件，无非连绵起伏的山地和少量平坝，六大水系穿络其间。云南地理气候类型复杂多样，“立体气候”现象多见。

1445 个大小不等、相对平坦的山间盆地——坝子，密集滇中、散落各地，这些面积之和仅达全省总投影面积 6% 的坝子，历史上就是人口耕地集中地带，各地经济文化核心区。

尤其是面积较大的坝子，诸如昆明坝、曲靖坝、陆良坝、祥云坝、大理坝、蒙自坝、昭鲁坝。一些面积并不十分突出的，比如中甸坝、丽江坝、保山坝、芒市坝、腾冲坝、六库坝、孟连坝、景洪坝、思茅坝、元江坝、玉溪坝、通海坝、建水坝、宣威坝、文山坝、楚雄坝等，在历史或地理节点中，地位重要、表达明显，容易进入书写者的视野。

绝大多数坝子，历来是人口相对密集的稻作产粮区，食物集散地，饮食文化发育形成中心。面积较大的高原湖泊，滇

中到滇东南一列，滇西到滇西北一列，点缀于十几个较大坝子当中，极大丰盈了当地物产。

云南少数民族广泛分布，百濮主要聚居在南部、西南低矮丘陵，百越多居住在低海拔盆地和炎热河谷，氏羌和三苗活跃于高海拔盆地、高原和高山区。山区的人口密度，远低于坝区。民族迁徙以渐进扩散形式为主，其间交流不断、发生融合，饮食上相互吸收借鉴。各民族生产方式、生计模式并不一致，并有变化，农耕、游耕采集、山地种植、畜牧采集，社会发展很不平衡。加上民族文化传统的复杂多样，以及活动区域动植物资源复杂多样，饮食发育复杂多元，本色突出，贴近自然。以人口较多的彝族为例，居住地广泛，支系众多，饮食表达并不相同。

元代以前，汉族移民主要通过宜宾出发的“五尺道”和成都出发的“清溪道”进入云南，再由“滇缅印道”深入云南西南，并逐渐“夷化”。元代开通进入长江中下游的“通湖广道”以及通两广的支道，两湖、江西、两广居民开始进入云南。明代开始到清代，汉族移民大规模进入云南，沿交通线——坝子间的连线，推进聚居，与少数民族插花式交错分布，并以一些较大的坝子为中心逐渐形成区域汉族群体，发展成为云南人口最多的主导民族。

汉族移民不仅带来原籍地饮食习俗，也与少数民族相互渗透、深度融合，饮食风习相互混杂密切结合。历代移民迁徙走向不同、聚居地形成条件不等，云南几个重要汉族聚居地，饮食文化差别不小。以区位论，滇中、滇东北汉族、彝族饮食特色突出；滇西白族饮食发达；滇西南汉族与当地少数民族饮食杂糅；滇西北藏族、纳西族饮食并重；滇南西双版纳和滇西南德宏、临沧，傣族饮食昌盛；滇东南壮族、傣族、瑶族、哈尼族与汉族饮食相互交错。

云南历史上出现的多个地方性民族政权，随政权变化数次转移的政治文化中心；云南内与多省市区相接，外与多国接壤邻近；跨境民族；近代西方元素的介入，如滇越铁路；上世纪三四十年代“大后方”时期，当代交通提升……都是云南饮食变数的催化酶。

胡松

2018年7月，于云南昆明

目 录

曲靖小粑粑和陆良麻衣馓子	001
关街：曾经飞机翅膀下的街子	006
哀牢山寻鱼记	009
峨山觅食记	014
玉溪三锅	020
拍案惊奇元江菜	024
哀牢山三脯	029
恩水线	032
个旧斗姆阁卤鸡	039
河口小记	043
建水十八吃	047
瑶家山的惊艳	061
墨江散记	066
从西盟到孟连	070
三上千家寨	076

澜沧三吃·····	080
昔归三味·····	083
德宏三叹·····	087
腾冲饭记·····	092
腾冲江鱼·····	098
午饭明子山·····	101
双廊做饭记·····	105
寺登街的毛驴馆·····	109
我的大理菜·····	113
大理砂锅鱼·····	117
大理梅子饼·····	120
大理喜洲：白族人家的讲究··	123
洱海醉虾·····	129
喜洲粑粑·····	133
诺邓火腿·····	137

三江并流同心酒	142
怒江：丙中洛的口味	146
兰坪记食	156
怒江峡谷的苞谷稀饭	161
分水岭的杂锅菜	165
叶枝散记	171
丽江鸡豆粉	175
做饭丽江	180
泸沽湖鲫壳鱼	184
米线故事	188
吃鸡路线图	211
云南的辣度	216
说说云南茶山	224

曲靖小粑粑和陆良麻衣馓子

曲靖小粑粑，简直成了曲靖人身边另外一副看不见的影子，和曲靖人寒暄间，如果不阴阳怪气拿腔作调一气，模仿曲靖口音来上一句“曲靖小粑粑”或者“陆良小粑粑”，一些人会深感尽失地主之谊，或缺主人翁风范。接下来，不等话音落定，往往并不顾及对方的反应，先声夺人擅自先行发笑。“小粑粑”是不是曲靖的地讳不知道，公共绰号却无疑，夸张些说，几乎每一个曲靖人背后，都背负着个名义上的小粑粑。甚至还有曲靖的地方分支，比如陆良小粑粑、沾益小粑粑等。

真要根究起来，那些口音模仿秀爱好者，通常对曲靖小粑粑毫无概念，认知程度仅限于听说过没有见过。一点也不奇怪，即便踏勘求索遍曲靖城乡，要找出“小粑粑”字样的招牌或者幌子，几无可能，“小粑粑”通常只存活在口语当中，极少见诸文字，一般街头集市散卖，买卖双方彼此心照



陆良麻衣馓子

不宣，无需招牌、幌子。抑扬顿挫也好，委婉中不乏铿锵节奏也好，曲靖口音尤其是陆良口音，“小粑粑”一词的发音，在外地人听来，似乎气场特别浑圆，极容易吸引注意力。

所谓小粑粑，其实是曲靖城乡一些传统样式甜味糕饼的统称、泛指。小粑粑的直径，一般在十厘米左右，厚度一厘米到三厘米间不等，原料以地产麦面、甜荞面为主，偶尔也会采用米面或者糯米面，馅料通常为豆沙和白糖。如果使用甜荞面，省略馅料的情况，不时也会出现。至于工艺，早先以柴草举火土灶铁锅炕烙为主，目前多半采用烤箱烘烤，制作逐渐精致复杂。

小粑粑作为普及程度极高的点心零食，多年以来广泛分布于曲靖城乡，其中最重要和根深蒂固的根据地，就在陆良坝子；小粑粑与果碟子相配合，用来待人对客，也是一种较为通行的民间礼节；传统节日、节令活动、祝寿、红白喜事等民间重大场合中，当然更少不了小粑粑。

尤其是婚事，从提亲、定亲（当地俗称点香灯）、过礼、送节（婚前准亲家间的礼尚往来）、迎亲，直到婚后有了下一代送达祝礼，数量可观的小粑粑始终贯穿其间，俨然担纲信息发布和传达的重要角色。整个漫长婚事过程中使用的小粑粑，均用甜荞面制作，色泽偏向红色，非常契合主题。如此

看来，小粑粑成为曲靖人的公共符号，理由和依据都比较充分。直到近些年，小粑粑的“戏份”才渐渐减弱下来，甚至还有淡出的趋势。

云南众多坝子中，最大的坝子，当属曲靖陆良坝子无疑。早年陆良坝子中，有几句民谣广为流传：“陆良特产三样奇，名目变换各不一。蜜香梨原叫细皮梨，风参子又叫金线鱼。有样东西最有趣，水馓子变成糖麻衣。”金线鱼早就已经消失得毫无踪迹，蜜香梨衰落多年，目前唯有麻衣馓子还存于此。

馓子这种面食，几乎遍布中国，可以说风行南北涉及东西，不仅北有北馓南有南馓，还有多个民族版本，随着时间的推移、空间的变换发生变化。馓子古称寒具，透露着历史渊源；又叫环饼，体现出外观形状。寒具即寒食节的食物，传说有近两千年的历史。至于环饼，李时珍《本草纲目》中的描述，已经相当具体生动：“牵索扭捻成环钏之形，油煎食之。”

陆良麻衣馓子的外观颜色，比通常的馓子要来得沉着深厚，这和麻衣馓子特别的制作工艺有关。据说陆良馓子制作起步于明代，估计和当年的军屯、民屯有些关联，最初只是油炸后再用糖水浸煮，即“水馓子”。传说一次操作失误，偶

然发现面粉中和进菜油，油炸过程中油脂受热溢出，面体中会出现大量空隙、气泡。接下来的糖水浸煮程序，糖水可以深度渗入，馓子的口感自然有所变化，香脆酥爽在外，甜润软滑于内，口感复合层层递进。此后反复试验，不断改进，从偶然过渡到必然，终于让馓子外穿芝麻糖衣，内心甜蜜柔和，麻衣馓子即成，风靡整个陆良坝子，声名远播云南各地。有好事者，居然专门为麻衣馓子取了个形象的绰号：血灌肠。

高糖重油的麻衣馓子，对年轻人来说，发生兴趣转移在所难免，而经历过缺油少糖时代的年长者，仍旧视麻衣馓子为难以逾越的味觉高峰。

关街：曾经飞机翅膀下的街子

先说个老故事。从前昆明关街团转，巫家坝机场附近，有家卖豌豆凉粉的小破馆子，生意异常火爆。那家馆子的味道非常通俗，价钱也是市场价，并没有什么过人的地方，但就是生意好，而且长期都好。该馆子火爆的秘密，小道消息是这样透露的：某铁杆吃客有朋自乡下来，两人转公交车三趟来到馆子，排队多时取到凉粉，然后等待一阵候得草墩，铁杆吃客坦然坐下后并不急于下嘴，只微笑着看着远方高处。乡下朋友哪里还有耐心，早就几口下去，动作慢下来后，迷茫地看一眼粗蓝花灰瓷碗再看一眼朋友，细声小气咕噜说：“味道整不成嘛！”铁杆吃客目不斜视，说“味道算个哪样，关键是可以看飞机”，并努嘴示意不远处有架正升空的飞机。

早年昆明著名的街子，东有小板桥西有马街。1988年，官渡区政府号召周边的关上、关坡、香条前村、香条后村四个生产队，在官渡区老区政府（目前的官渡大酒店）周围官坡

一带，新发展一个农村集贸市场关街，赶街时间定在每周六。那些年的关街，要算最临近城区的街子，自然城乡两头饱受欢迎，人气迅速飙升，昆明最热闹的街子，渐渐演化为东有关街、西有马街，或者星期六关街、星期天马街，名声波及甚广，给人最深刻的印象是——飞机翅膀下的街子。2007年3月1日起，关街曾被取缔。2010年，关闭数年的关街，又在和甸营村以东雨龙路东北侧满血复活。

早年的关街，已经初具农村集市和城市菜街子的双重性，之后菜街子部分升级为小“年货街”。目前的关街，已然彻头彻尾的“城中街子”，其中人员最密集部分，要算面积半壁以上的乡村版“螺蛳湾服装小百货市场”；花市和种子街部分，最受城市赶街者的欢迎，也是关街的最美丽部分，相当数量的昆明阳台花卉和阳台蔬菜，出发点就在那里；饮食摊似乎没有偏向一视同仁，凡赶街者，如果需要坐下来休整一下，那是必然选择，而饮食最重点的部分，要算十几二十家羊肉摊和数家豌豆粉米线摊。

不少人心目中，整个街天，最重要的一项气味和趣味，要算羊汤锅摊子。这种说法，当然有人不感冒，比如一些小姑娘们，就见不得羊肉，仅仅好口豌豆粉。白帆布棚下的羊肉摊，操办者是专职的赶街摆摊者，其中多半来自嵩明小街一

带，关街以外，他们还会在昆明其他的街子比如海源寺街、龙头街、小板桥街摆摊子。

汤锅的系统性“正确”吃法，就是一碗羊肉、一碗蘸水、一碗苞谷酒组合，或者再来一碗白米饭。羊肉羊杂按两计费，要多少切多少，汤烫蘸干料凉拌主随客便；苞谷酒一律免费，喝多喝少，由吃客随意从铝壶中倒取，羊肉汤也在免费之列。2012年7月以前，如果把酒关街羊肉摊，每三五分钟，就有架花口不等的飞机，嚣张地从眉前掠过。实在太近了，关街和巫家坝就隔着一条公路，飞机上的LOGO，瞟一眼就一清二楚，实在太频繁了，不要说司空，连不大点的娃娃，都见惯不怪，熟视无睹，失去兴奋。

关于关街的羊肉摊，某吃客仿明清小说体，这样写道：“却说那日绝早起来，飞煞到关街羊肉摊，见个老板娘瘦如柴、面如猴、手似鸡爪，便在白帆布边坐下来。小肠、羊肚、蹄筋、羊尾，每样要少许，滚汤烫出后，麻辣、薄荷蘸水送服。又要白饭、白酒各一碗助兴。只七八口，汗如浆出，干脆抹起衣袖，卷上裤脚，埋头痛吃，得闲抿上口酒。仅半小时许，斤半羊肉吃尽，回家继续睡觉。”

飞机已经消失，关街于2017年9月30日永久关闭。