

大老碗里的 秦腔古韵

搅团这种饭食的操作过程，常常可以看到农家夫妻的温情和爱意。搅团闹了气儿，男方或女方企图结束冷战状态，便会提议打搅团。

陈忠实

这不是同中国画有一样的功能吗？当物愿的一番滋味泛在口中，而精神的一番滋味泛在心头，这又是多么于人生有实益的事情啊！

贾平凹

大老 破 碗 里 的 秦 腔 古 韻

學苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

大老碗里的秦腔古韵/周明主编.-北京:学苑出版社,
2001.7

(乡土美食系列:陕西卷)

ISBN 7-5077-1661-9

I.大… II.周… III.散文-作品集-中国-当代
IV.I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 037873 号

学苑出版社出版发行

北京市万寿路西街 11 号 100036

新艺印刷厂印刷 新华书店经销

850×1168 32 开本 6 印张 80 千字

2001 年 10 月北京第 1 版 2001 年 10 月北京第 1 次印刷

印数:0001-8000 册 定价:12.80 元



这是一套系统描述中国乡土美食的书，更是一部由数百位中国知名作家倾情演绎的，关于乡土美食的千奇百怪的故事。

今天，色香味美、千姿百态的中国菜已是享誉全球，然而，对于植根在这片广博土地上，深藏与山野、百姓中的民间乡土饮食，就连我们国人自己也知之甚少。撰写本书的作者们，不仅是一批舞文弄墨者，也是善于发现，细致、执著的寻访者。他们的激情引领对于厌倦了城市喧嚣、吃腻了大鱼大肉的都市人，将是一剂调养、滋补的绝妙良方。书中荡漾着飘渺恬静的怀旧情绪，将会和都市人强烈的回归意识形成共鸣，带你走进一个久违了的清凉世界。

寻找乡土的
吃食

乡土美食系列

责任编辑：张蕾



封面设计：马汀

掌 门 人

周 明

撰 文 者

陈忠实	贾平凹	阎 纲	贺 抒 玉
刘 茵	秦 晋	晓 雷	茹 桂
和 谷	京 夫	赵 熙	徐 岳
何金铭	庞 进	李 炳 银	白 描
今 明	邝 龙	雷 抒 雁	王 宗 仁

食 客

沙 沙

策 划 人

张 蕾



目 录

- 1 掌门人导语
- 5 品食的乐趣
 - 5 麦饭
 - 10 品食三味儿
 - 15 浇汤烙面
 - 21 美味香酥的定边“炉馍”
- 25 关中大汉“彪彪面”
 - 31 死死活活相跟上
 - 36 食面二则
 - 44 黄土地·羊肉泡·秦之声
- 48 故土四味
 - 57 商洛饮食浅说
 - 69 蒲城地软包
 - 75 岐山臊子面文化
- 81 空心拌汤
 - 85 火晶·醪糟·糊辣汤
 - 92 搅团
 - 97 粗粮细吃的经典



102 搅团的滋味

111 羊肉泡馍(一)

116 羊肉泡馍(二)

121 乾州鸡面

125 小吃三记

131 荞面圪坨羊腥汤

136 解读“八墓沟”

140 小六汤包与“创造三律”

145 米脂煎饼

148 关中石子馍

152 舌苔上的记忆

158 在珠海吃陕西饭

163 蒲城蒸馍

169 吃“贾三灌汤包子”记

174 渭北茶俗

178 蕨麻坨坨

183 食客点评

187 搜食扫描

掌门人

导语

周 明



“陕军”在文坛上不但是一批很出色的作家、评论家，还是生活中的美食家。你看他们在这本“陕西卷”中，把个油泼辣子面、羊肉泡馍、麦饭、搅团、荞麦圪坨、葫芦头、腊汁肉、肉夹馍、桂花稠酒、浆水面等等陕西的乡土吃食，描绘得如此有声有色有滋有味儿，

写得淋漓尽致。单是读读这些文章，你就会心向往之，口想吃之！



八百里秦川自古以来盛产小麦、玉米和棉花，而百姓的吃食也是以面食为主。陕西人爱吃面，已是名声在外。究其因，许是由于气候寒冷加贫困所形成的一种生活习惯。因为面食吃起来热呼，暖和，既耐寒，又耐饥，操作也比较简单。不像南方人把做饭叫烧菜，煨、煲、炒，精心制作，色香味美。

说到南方不由得想起“文革”岁月。那时，下放在湖北咸宁“五七干校”，由于是江南，主吃大米，稀粥米饭天天见，馒头只是偶尔为之，可苦坏了我们这批北方人。特别是阎纲，原本是离不开面食的主儿，可偏偏顿顿只见米！连队的食堂偶尔蒸一回馒头，他便猛吃一通！这还不够，又把不喜面食的南方同志的馒头也索要了来。好心的朋友有意“救济”他，给他一个两个馒头，他也都精心收藏起来，哪怕几天后风干了，照样吃得有滋有味儿。因此他有了一个雅号，叫“胃亏面”。

其实，患“胃亏面”者何止阎纲一人，不少陕西人皆有此症。

躲过了“文革”“胃亏面”的劫难后，今天家乡的文友，陈忠实、贾平凹、茹桂、罗国士……开会或公差来北京，总要和在京的老陕大家聚一聚。这类聚会，大伙儿多是异口同声地提议要么去西单西安饺子馆，要么去南城“兰花花”，或者陕西省“驻京办”（餐厅），或“老孙家”羊肉泡馍馆……都是家乡饭，家乡菜，家乡风味，连吃带编，亲切愉快，热闹异常。

去年陕西省人民艺术剧院来北京演出之前，该院派遣

◆ 负责宣传工作的女将赵宏打前站，其中一个任务是让她把首都文坛陕西籍的作家、评论家请在一起，先行介绍一下该院进京演出的剧目情况，算是通报。我们提议在北三环边上的陕西省政府驻京办聚会，告诉她那里二楼有个陕西餐厅，吃的都是家乡饭，美得很！赵宏说那儿是不是太简单了？找个酒店好不好？剧院给我准备了足够的款子，难得请到你们……我们坚持在“陕办”。吃的是油泼辣子面和羊肉泡、肉夹馍，喝的是桂花稠酒。陕西人只要吃到面，吃到羊肉泡，比过年还高兴！比吃大饭店的排场饭菜还感觉滋润。

就餐的八九个人，有阎纲、何西来、雷抒雁、雷达、刘茵、白描、白桦和我等，乡亲们在一起又吃又喝又说笑，又谈了正经事，不亦乐乎！结果一买单，二三百元！赵宏大惊失色，不是嫌多了，她直说对不起大家，一定是都没有吃好。谁说没有吃好？都说吃得美札咧！

何谓饮食文化？这就是饮食文化。

秦人的饮食就是面，就是馍，这面的做法不下几十种，这馍的蒸法也花样繁多，讲究起来也蛮讲究，吃起来也蛮有滋有味，体现了秦文化许多特色。

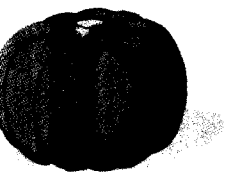
秦地汉唐文化，历史悠久，雄浑凝重，这也同样表现在秦人饮食文化上。吃了裤带宽的彪彪面，吃了热腾腾的羊肉泡，就出了那么多的陕西冷娃、关中汉子。血气方刚、铁骨铮铮的好汉，英雄辈出，就在那三秦大地的热土上。

这块热土，这种大气、粗犷的饮食，养育了多少英雄



◆ ●
儿女和杰出的人才啊！诸位只要静静地回顾，掰着指头数一数，从古到今……就会惊叹不已。

我相信只要你看到这本书，读了这本书的每篇文章，你一定会受到深深的感染。你会感觉到原来陕西有那么多色香味美一应俱全的美食哇！从今后，无论你是到了陕西，到了西安，或者在北京，在深圳，在祖国各地看到陕西饭馆，你定会闻香下马，一饱口福！



麦

饭

品食

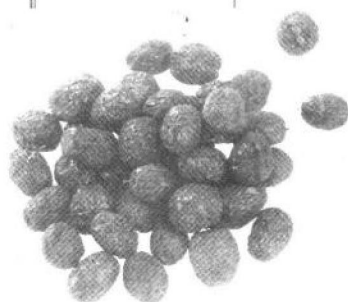
乐 趣

麦 饭

陈忠实

按照当今已经注意营养分析的人们的观点，麦饭是属于真正的绿色食物。

我自小就有幸享用这种绿色食物。



麦

饭

不过不是具备科学的超前消费的意识，恰恰是贫穷导致的以野菜代粮食的果腹本能。

早春里，山坡背阴处的积雪尚未退尽消去，向阳坡地上的苜蓿已经从地皮上努出嫩芽来。我掐苜蓿，常和同龄的男女孩子结伙，从山坡上的这一块苜蓿地奔到另一块苜蓿地，这是幼年记忆里最愉快的劳动。

苜蓿芽儿用水淘了，拌上面粉，揉、搅、搓、抖均匀，摊在木屉上，放在锅里蒸熟。出锅后，用熟油拌了，使用碗盛着，整碗整碗地吃，伴着一碗玉米糁子熬煮的稀饭，可以省下一个两个馍来。母亲似乎从我有记忆能力时就擅长麦饭技艺。她做得从容不迫，干、湿、软、硬总是恰到好处。我最关心的是，拌到苜蓿里的面粉是麦子面儿还是玉米面儿。麦子面儿俗称白面儿，拌就的麦饭软绵可口，玉米面拌成的麦饭就相去甚远了。母亲往往会说，白面断顿了，得用玉米面儿拌；你甭不高兴，我会多浇点熟油。我从鲜知人言便开始习惯粗食淡饭，从来不敢也不会有奢望寄予；从来不会要吃什么或想吃什么，而是习



大老碗里的秦腔古韵

惯于母亲做什么就吃什么。没有道理也没有解释，贫穷造就的吃食的贫乏和单调是不容选择或挑剔的，也不宽容娇气和任性。

麦子面拌就的头茬苜蓿蒸成的麦饭，再拌进熟油，那种绵长的香味的记忆是无法泯灭的。

苜蓿长出茎子来就无法食用了。按照家乡的风俗禁忌，清明是掐摘苜蓿的终结之日。清明之前，任何人家种植的苜蓿，尽可以由人去掐去摘，主人均是一种宽容和大度。清明一过，便不能再去任何人家的苜蓿地采掐了，苜蓿要作为饲草生长了。

苜蓿之后，我们便盼着槐花。山坡和场边的槐花放白的时候，我使用早已备齐的木钩挑着竹笼去采捋槐花了。

槐花开放的时候，村巷庭院都是香气充盈着。

槐花蒸成的麦饭，另有一番香味，似乎比苜蓿麦饭更可口。这个季节，往往很短暂，家家男女端到街巷里来的饭碗里，多是槐花麦饭。

按照今天已经开始青睐绿色食品的先行者们的现代营养意识，我便可以要

麦

饭



麦

饭



一把阿Q式的骄傲，我们祖宗比你阔多了，他们早早都以苜蓿槐花为食了。

到了难忘的六十年代，被史称“三年困难”的六十年代初，家乡的塬坡和河水里一切不含毒汁的野菜和野草，包括某些树叶，统统都被大人小孩挖、掐、拔、摘、捋回家去，拌以少许面粉或麸皮，蒸了，食了，已经无油可拌。这样的麦饭已成为主食，成为填充肚腹的坐庄食物。男人女人老人小孩都别无选择，漂亮的脸蛋儿和丑陋的黑脸也无法挑剔，都只能赖此物充饥，延续生命。老人脸黄了肿了，年轻人也黄了肿了，小孩子黄了肿了，漂亮的脸蛋儿黄了肿了时尤为令人叹惋。后来，这种纯粹以绿色野菜野草为食物的实践，都显示出残酷的结果，提醒今天那些以绿色食物为时尚为时髦的先生太太们切勿矫枉过正，以免损害贵体。

近日和朋友到西安大雁塔下的一家陕北风味饭馆就餐，一道“洋芋叉叉”的菜令人费解。吃了一口，便尝出味来，便大胆探问，可是洋芋麦饭？延安籍的女老板笑答，对，关中叫麦饭，陕北叫洋芋叉叉。把洋芋擦成丝，拌以上