



食客游記

上

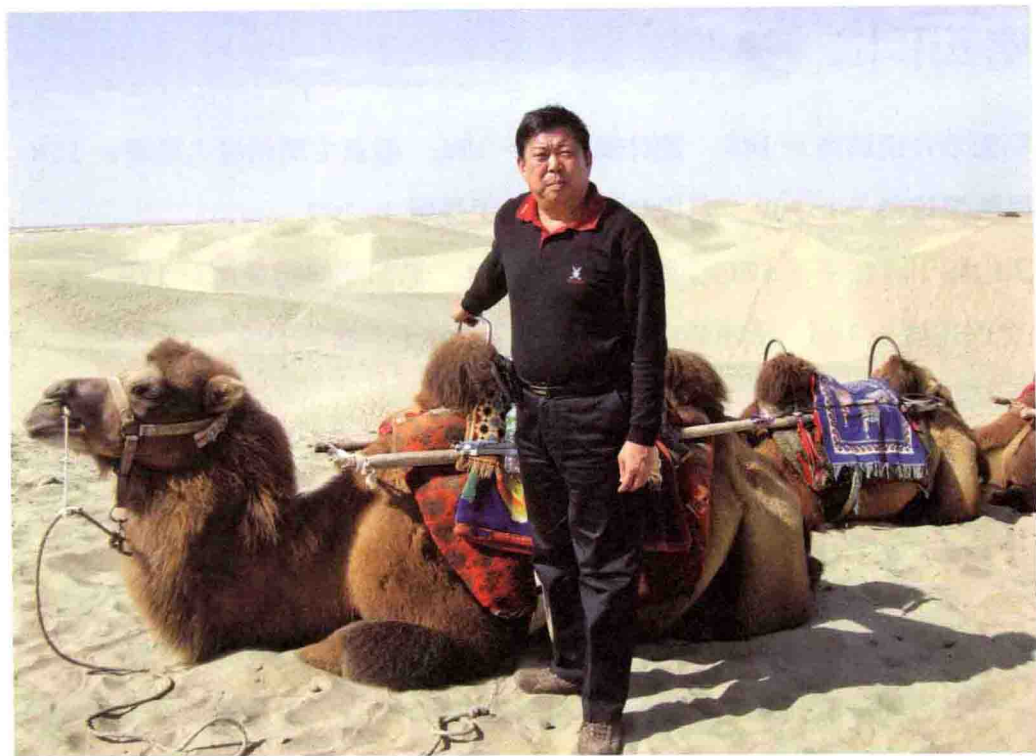
要云
著

食客游记

上 卷

要云 著

云南出版集团公司
云南美术出版社



作者在塔克拉玛干

目 录

有关旅游的几点感想——代序 1

我带你游黑龙江 3

- 莽莽苍苍大兴安岭 ▶ 4 山水黑河 ▶ 10 嫩水绿原齐齐哈尔 ▶ 14
湖水 草原 热海 大庆 ▶ 19 黑土粮仓说绥化 ▶ 23 锦绣伊春 ▶ 27
七彩鹤岗 ▶ 33 三江汇流佳木斯 ▶ 36 绿色宝库双鸭山 ▶ 42
精致七台河 ▶ 46 富饶鸡西 ▶ 50 秀山丽水牡丹江 ▶ 56
冰城夏都哈尔滨 ▶ 62

千里走内蒙 73

- 再会海拉尔 ▶ 74 美轮美奂满洲里 ▶ 80 千年回眸巴尔虎 ▶ 85
草原花海鄂温克 ▶ 91 寻梦克什克腾 ▶ 97 如歌的锡林郭勒 ▶ 102
青色的呼和浩特 ▶ 111 包头 包头 ▶ 120 扬眉吐气鄂尔多斯 ▶ 127
永远的伊金霍洛 ▶ 134 感慨千里 感动千里 ▶ 141

吃西北 144

- 乌鲁木齐说烤肉 ▶ 145 喀什饕世界 ▶ 152 游慕士塔格品大盘鸡 ▶ 158
吐鲁番拉条子 ▶ 162 塔克拉玛干归来手抓饭 ▶ 167
天山脚下烤包子 ▶ 171 敦煌黄面 ▶ 174 酒泉脂裹拉条面 ▶ 178
兰州说面 ▶ 183 天水呱呱 ▶ 186 西宁羊脖子手抓 ▶ 189
西安盘点 ▶ 194

川陕一路 199

- 水墨碧峰雅安 ▶ 199 文君故里邛崃 ▶ 209 街镇庄园大邑 ▶ 217
古蜀王城新都 ▶ 227 人文璀璨南充 ▶ 237 红色热土广安 ▶ 245
三国重镇阆中 ▶ 252 诗城仙域江油 ▶ 259 川北门户广元 ▶ 265
蜀头秦尾勉县 ▶ 274 大汉之源汉中 ▶ 281 诗画鼓舞户县 ▶ 289
龙门司马韩城 ▶ 299

有关旅游的几点感想——代序

旅游两个字，原本是躺在书本上的死词汇，与百姓生活无关。退回30年，这两个字很生僻。稍微同义的，是出差、探亲、疗养。不存在真正意义上的旅游。1977年，我到石林，那时的石林归石林宾馆园林科管，不知门票为何物，随便看，没见到一个游客。1985年，再去石林，这回要门票了，5分钱，仍然游客寥寥。去年再去，门票180元，门里门外人潮汹涌。短短30年，旅游变成百姓生活的重要内容。旅游的变迁，折射出国家的进步。

旅游是经济，也是文化。对于游客而言，旅游本身就是一个文化活动，所谓行万里路，读万卷书。我迷恋旅游，在很大程度上，是太想读这本读不完，读不够的书。读书，有老师，书本、网络都是老师。一定程度上，导游是辅导老师。但是，旅游两个字起死回生30年，膨胀得太厉害，以致市场杂乱无章，导游良莠不齐，常常把一篇优秀的文学作品解读得庸俗不堪。没办法，学着给自己当导游，每次出游，行前做功课，行后作总结，这本书，就是自己的旅游总结，印出来，和喜爱旅游的同好交流。

说旅游，一般都说六个字，食住行，游购娱。但是这六个字是业者们算计各个环节如何挣钱的行话。就旅游者而言，旅游目的或休闲，或探奇，或体验，主要是两个字：游、食。住与行是前提，娱含于游，购，往往是业者强加的。六个字与旅游经济挂钩，游与食才是旅游文化真谛。

每个游客，都是食客。探寻一个地方，认识一种文化，不外是看与品，品咂与品味都是品。美景与美食，都是旅游的重要内容，二者具备，才能认识得全面。书取名《食客游记》，也源于此。

点滴体会，作为代序，希望读者批评指正。

食客 要云



我带你游黑龙江

我二十岁到黑龙江，从此成了黑龙江人。即使后来迁居北京，但干的还是黑龙江的活，仍然是黑龙江人，黑龙江的乡亲是我的衣食父母。我爱黑龙江的山山水水，四十年里，北起漠河，南到东宁，跑遍了黑龙江每一个县，看遍了黑龙江的美山美水，尝遍了黑龙江的山珍野味、农家饭菜。能当黑龙江人，是我的福气。也很想当一回导游，把我眼里的黑龙江介绍给想来黑龙江看看的朋友。闲下无事，开篇写来，就算我自编的导游词。如果哪位朋友看了，对黑龙江多了一分了解，甚或有了到黑龙江看看想法，可是我最大的荣幸。

由北往南，从大兴安岭开篇。



莽莽苍苍大兴安岭

中国地图像一只雄鸡，黑龙江省是鸡头，大兴安岭是鸡冠。黑龙江有三条主源，一条是额尔古纳河，一条是嫩江，都发源于大兴安岭，还有一条乌苏里江，源于长白山。整个黑龙江省，被三条江河贯穿包围，主要的起点就是大兴安岭。黑龙江是黑龙江人的母亲河，大兴安岭，是母亲河的源头。黑龙江省45万平方公里，一半被森林覆盖，最大的林区就是大兴安岭，大兴安岭的木材蓄积量，占全国的一小半，是中国最大的绿海。归纳大兴安岭的特点，六个字：寒冷、广阔、丰饶。

一个一个说。先说冷。

不少地方都有被外地人调侃的民谣和谚语，描述该地不同于别处的特殊习俗、习惯等等，叫做几大怪。比如云南人的“草帽当锅盖，鸡蛋串起卖”，陕西人的“面条像裤带，唱戏吼起来”之类。大兴安岭也有，叫三大怪。“挑水用麻袋，开门用脚踹，男女分不开”。三句说的都是大兴安岭的冷。大兴安岭一年中八个月是冬季，要吃水，拿个麻袋，到河边去，刨几块冰，装了回来，倒到缸里，等着化开。冬季，外面的温度零下30多度，屋里烧得暖融融的，门一关，附着的水汽立刻结冰，再开门，手是拉不开的，必须使尽力气，用脚踹。老太太出门买酱油，回家开不开门，得把儿子叫来，把门踹开。最绝的是大兴安岭人的衣着，当然不是现在。过去，穷的时候，一入冬，皮袄就得穿起来，大皮帽子就得戴起来。皮袄、大皮帽子，不是黑就是灰，里面还有棉袄，毛衣，鼓鼓囊囊，加上一人一条围脖，把脸遮得严严实实，只露两只眼，走到街上，无论从前看还是从后看，你都分不出对面的人是男是女。因为没有这装备，你在大兴安岭过不了冬。

这说的是过去，大兴安岭属下的免渡河气象站测到的最低温度是零下51度。现在，全球变暖，也惠及大兴安岭，零下四十几度的天气少了，但零下30多度的天气，正常。内地人听了，照样害怕。

这么冷，去干什么？去开发。大兴安岭是鄂伦春族和鄂温克族人的家乡，除了20世纪40年代日本鬼子进去盗伐过木材，直到60年代初，仍然可以说是一片处女地。1964年，开始进军大兴安岭，那份苦，不用说，但40多年来，大兴安岭为国家贡献了1亿立方米的木材，在中国社会主义建设中，功勋卓著。因为有这个冷，木头脆，卸枝杈省劲，一斧子下去，嘎巴一声就下来。伐下的木头，顺着冰道自己滑下山，出溜出溜飞快。那时的采伐工人，大皮袄一穿，贴身的内衣里面，左面揣着锡酒壶，右面揣着窝窝头，冷了一口，饿了一口，凭着这股劲，一火车一火车的大木头送往祖国各地。黑龙江人到现在，说鼓劲的话，还有一句，发扬突破大兴安岭高寒禁区精神。

这是冷。再说广阔。

大兴安岭地区有多大呢？将近9万平方公里，比浙江省小不了多少。这个与浙江省相当的地方，几乎全部是森林。伐了这么多年，还烧了几把火，在地上站着的活立木蓄积仍有5亿多立方米，实行天保工程，不砍了，可树是活物，雪水灌着，太阳晒着，木材储积还天天嘎巴嘎巴地长，一天就能长出千把立方米，要不怎么说是绿色宝库呢。

没进森林，不知道大兴安岭之大，1999年，我到俄罗斯布拉格维申斯克参加一个活动，回到黑河，又受邀到加格达奇看看。如果按常规走，要从黑河南下北安，然后折嫩江，再乘火车北上，绕过林区。因为没有去过呼玛，同时想走走森林的伐木路，就在黑河借了一个大吉普，从呼玛横穿大兴安岭。在地图上看，不远，二三百公里，可走进森林，路随地形，东拐西弯，颠颠簸簸，整整在森林里钻了一天。樟子松、黄花松，钻天生长，白桦树、水曲柳，盘根错节。林子密，树挨树，遮天蔽日，大中午都像是阴天。待到了加格达奇，回望森林，长长叹了一口气，大兴安岭，大啊！

大兴安岭大，大得丰饶，到林区，弯腰就能捡到宝贝，漫山遍野，没有没用的东西。树不用说了，就林产品、畜产品、水产品都多得数不过来，而且只要是森林里拿出来的，就是珍品。

菌类，木耳、蘑菇。光蘑菇就种类繁多，松蘑、榛蘑、元蘑、榆黄蘑、猴头菇，还有最为大兴安岭人得意的大兴安岭特有的毛尖蘑。干果，榛子、松子。只要你勤劳，想采多少采多少。浆果、蓝莓、黑加仑、山葡萄、稠李子、山丁子，林子里随手可摘。尤其蓝莓，东北人叫都柿，也叫亚格





达，到成熟期，更是漫野蓝成一片，采都采不过来。飞禽，飞龙、野鸡、沙半斤、野鸽子，满林子，反正有的是松子榛子，敞开了吃，一个个吃得肥肥胖胖。走兽，獐子、狍子、野猪、梅花鹿、马鹿、驯鹿、驼鹿（也叫犴达犴）、狗熊（东北人说的黑瞎子）、紫貂、雪兔，多了去了，都是大兴安岭的常驻居民。水产，更是大兴安岭的长项。大兴安岭，有一座山，就有一条沟，全区河流

密布，雪水化来，满江都是珍贵的冷水鱼类，鲟鳇鱼、哲罗鱼、细鳞鱼、重唇鱼，都是不可多得的顶尖河鲜。冷是冷，可大兴安岭人的眼福不浅，口服也不浅。飞龙不让吃，还有沙半斤，驼鹿不让吃，还有养殖鹿，鱼，就敞开捞。至于蘑菇猴头木耳之类，更是家常小菜。林区工人，家家都有院墙，东北人叫板障子，用的就是柞木杆。夏秋两季，雨后，满板障子挂满木耳，一嘟噜一嘟噜的，摘下来，不用加工，洗巴洗巴，蘸酱吃，嘎嘣脆，满口香。森林停止采伐以后，一度各林业局连工资都发不出来，人们不是要饿死了吗？没有，伸伸手，钱就来了，一两年下来，银行里的存款总额却一截一截往上涨，谁给的，森林给的。大兴安岭，丰饶啊！

大兴安岭地大，物博，但人少。全地区不足60万人，每平方公里才七八个人，论密度，比西藏强不了多少。这么多山产品，大兴安岭人吃不了，大部分销到山外。大兴安岭人，挑最好的吃。蘑菇，外面的人认为榛蘑就是好东西了，可是大兴安岭人说，来，尝尝毛尖蘑吧，你就知道什么是好蘑菇了。

毛尖蘑长的地方特殊，长在什么地方？长在废弃金矿的矿床上。清朝时候，漠河呼玛一带的金沟，是专为皇室采金的地方，为皇后妃子们攒脂粉钱的，叫胭脂沟。这些沟，几百年下来，成了废沟。废沟里金是没有了，但又长出毛尖蘑，虽然没有金子那般金贵，可也价值不菲，一斤鲜蘑，一二百块钱。为什么？好啊。专家们测试过，毛尖蘑的氨基酸和微量元素的含量，是普通蘑菇的几倍甚至几十倍，含金量还高，你吃毛尖蘑，就是吃金子呐。也因此，毛尖蘑的营养与鲜度都非同一般。大兴安岭人吃毛尖蘑，和山林鸡一块炖。什么叫山林鸡？就是在林子里用网子圈一块地，防一防黄鼠狼什么的，把鸡崽放进去，让它自己寻食，松子，草籽，虫子，蚂蚁，蚯

蚓、找着什么吃什么，就是不喂粮。这山林鸡和毛尖蘑门当户对，一锅炖，鲜气逼人。这个好菜，出了大兴安岭，吃不到。

还有什么好东西？有。大兴安岭还有四宝。犴达犴，黑瞎子、猴头菇、飞龙鸟。在清朝的时候，这都是贡品，皇上吃的。吃法也讲究。犴达犴吃鼻子，红烧。黑熊只要熊掌，扒熊掌。猴头菇也要扒，扒猴头。飞龙只用胸脯肉，吊汤。满汉全席上，都是上品菜。过去，老百姓谁能吃到这些玩意儿啊。皇上被打倒了，该轮到咱们吃了。倒也吃了几十年，红烧犴鼻子，扒熊掌，我都吃过，都是在生态保护之前吃的，没违反政策，因为那时候这些东西还准猎。鄂伦春人和鄂温克人是森林的主人，天生就是打猎的，你不让他打，吃什么？后来国家要保护了，把鄂伦春人和鄂温克都从林子里请出来定居。打猎呢，还可以，但限额，黑瞎子和犴达犴不打了，飞龙可以打，但每年给的弹药定量，打多少，就看你的技术和眼力了。现在到大兴安岭，吃碗飞龙汤，还不是难事。

犴达犴学名驼鹿，长的大，除了大象和长颈鹿，就数它了。犴达犴有个大鼻子，占了半个脸。吃犴达犴，最讲究的是吃犴鼻子，



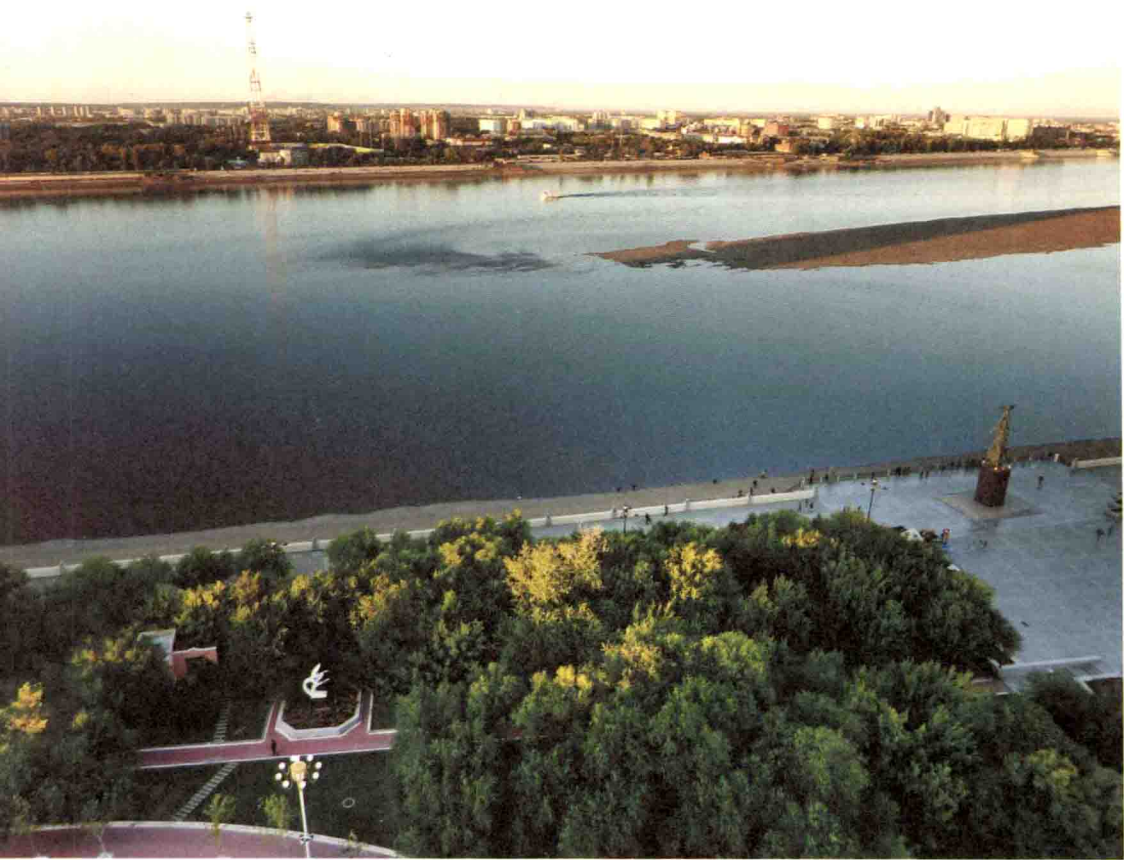


肉质特别的细腻。所以驼鹿虽然是鹿，但鹿茸不值钱，倒是鼻子值钱。黑瞎子其实是棕熊，虽然不瞎，可是笨笨磕磕，瞎眉瞪眼，憨得可爱。黑瞎子是黑龙江人对它的爱称。黑龙江的熊个儿大，熊掌也大。熊掌在中国人眼里，无论南方北方，都认为是山珍海味中数一数二的珍品。过去熊掌的来源，几乎都来自大兴安岭，包括皇上吃的，都是鄂伦春人进贡的。飞龙鸟，像鸽子，但比鸽子小，浑身干瘦，胸脯却异常发达，长满肌肉，汉族人吃飞龙，是学着鄂伦春吃法，只用胸脯肉，切丝，开水锅，下飞龙肉丝，什么调料都不用，只用盐，那汤清澈如水，却鲜美异常。说飞龙是鸟中极品，绝不为过。猴头菇，就不用说了。都可以种植了，但到大兴安岭，可别吃种植的，野生猴头与种植猴头比起来，天壤之别。有人说吃猴头可以抗癌，不是胡说，专家研究过，猴头里含有的多种多糖物质，的确有抗癌作用，所以吃猴头，是吃菜，也是吃药。

其实大兴安岭哪里只有四宝，四十宝也不止。到大兴安岭，住几天，都尝尝。初到的人，我推荐几个菜。毛尖蘑炖山林鸡、扒猴头、飞龙汤一定要吃，再尝尝笨鸡炖榛蘑、清蒸细鳞鱼、蕨菜炒肉丝、松子烩鱼丁、红烧鹿尾巴、干锅野兔肉、清炒榆黄蘑。十个菜，够了吧？

去大兴安岭，最好的时间是夏至前后，天气暖和，而且漠河有极光节，去的人多，热闹。赶巧了，还能看见极光。今年，机场也开通了，虽然是小飞机，但毕竟是飞机，怎么也比火车快。去的时候，别忘了带一件毛衣。在大兴安岭，即使是最热的天，早晚也冷，夏天大清早，温度在五六度，是常事，比广东、广西的冬天还冷。到大兴安岭，看也看得舒坦，吃也吃得新鲜，可别把您冻着。

山水黑河



沿黑龙江南下,在大兴安岭地区的南面,是黑河市。黑河市地处小兴安岭北缘,是大兴安岭的姐妹。

大兴安岭地区与俄罗斯隔江相望,可江对面是一片莽莽苍苍的森林,没人烟。黑河也与俄罗斯隔河相望,对面却是一个三十万人口的城市,布拉格维申斯克,中国人叫海兰泡。所以黑河是黑龙江北面最大的外贸口岸。

黑河市是现今的叫法,早先叫爱辉,原来的黑河地区,行署驻爱辉县城。我第一次去爱辉,是20世纪70年代初,车过西岗子,打眼一看,大城市啊!高楼快赶上哈尔滨多了。等进了城,一看,楼都没了。一问,在岗子上,看见的是对面的海兰泡。那时的爱辉,最高的楼是三层,和对面比起来,简直就是贫民窟。30年过去,这景象倒过来了,黑河越来越像一个现代化城市,灿

灿烂烂，对面却房屋失修，马路碎裂，愈见陈旧。有诗人说，黑河是中国北疆的一颗明珠，说得好。

黑河有什么好？好在地大物博，好在江山秀丽，好在民风淳朴。

地大，多大呢？黑河市有两千万亩耕地，人均20亩。有的南方人听了，吓一大跳，20亩，一家三四口人，七八十亩土地，不成地主了吗？这说的是平均，到有的地方，你入户调查，问，今年你种了多少地啊？农民说，承包了60垧，种了五十七八垧吧，连拉垄，带磨弯，丢了一两垧。东北人种地，说垧，不说亩，说亩太零碎。1垧15亩，60垧，900亩。现今种地都用拖拉机，耕地播种，拖拉机到地头，磨弯，一磨一个半圆，丢了一个三角地。前面一个小土包，拖拉机偏一偏，拉下一条垄。丢来拉去，60垧剩下五十七八垧，丢的两三垧，三四十亩地，不种了，明年再说吧。这就是黑河农民种地。这还是耕地，还有林地。林地有多少呢？6000万亩。人均60亩。你就是没有耕地，到林子里去采点木耳，捡点松子，掐点蕨菜，也别担心没饭吃，照样过得滋润。

物博，可就太博了。黑河下辖6个县级政区，个个都有当家的宝贝。靠江的有水产品，靠山的有山产品，有地的有农产品。江是黑龙江，山是小兴安岭，地是黑土地。嫩江县几十万人口，地盘有14个香港大，600多万亩土地，肥得流油，大豆、玉米、小麦、土豆，扔到地里就长。单产不用高，一亩五六百斤，就是三四十亿斤，人均万斤粮，吃不了，都卖了商品粮，一个人能养活30多口人。逊克县、孙吴县，靠江，打鱼专打大鱼，大鲤鱼，大马哈，大怀头。有一年，打上来一条两米多长的大鲤鱼，解放牌汽车装上，尾巴还搭在外面。一个黑河市，有两个林业局，27个林场，哪一个都延绵不断，莽莽苍苍。小兴安岭山缓林深，是黑鹤的故乡，吉祥之所在。这些年，生态保护，黑瞎子越来越多，老虎也回来了。整个黑河林区热热闹闹。对面的俄罗斯人过来，羡慕得不得了，搞不懂，为什么同样的山，同样的水，同样的土地，长不出同样的东西。其实简单，不是同样的人啊。再好的条件，也得人去干。黑河人，就知道闷头苦干，能干不好吗？

富饶和美丽总是连在一起。用写诗的话说，黑河，是一片青山秀水，一片美得让人不忍离去的土地。如何美法？一路走走，一路看看吧。

先看五大连池。

五大连池在黑河西南，是一片火山群。奇特的是，这群火山，从二百万年前一直喷发到距今二百三十年前，才变成一片死火山。最早喷发的火山，早已成为林木茂密的林地，晚些时候喷发的火山，熔岩流还保存着，从火山口一直向外，如同一条黑龙，静卧在草原湖泊之间。火山熔岩将自西向东的讷莫尔河切断，堰塞成五个湖泊，五湖相连，称五大连池。火山与湖泊交相辉映形成一种反差美。更绝的是，火山边有火山泉，能治疗多种疾病，泥泉能治脱发、银屑病，矿泉能治胃病。用泉水养殖的禽、鱼，还是极好的绿色食品。一到夏天，五大连池游客和病号蜂拥而至，把个小城挤得满满当当，治皮肤病的药泉池里，男男女女挤成一团，黑泥涂抹，日下暴晒，用不了一个月，没头发的，头发长出来了，牛皮癣的，又浑身光鲜，欢天喜地回家报



喜去了。

五大连池往东，有一条河，叫沾河。沾河在小兴安岭茂密的森林中穿行，形成了中国最大的森林湿地。坐上小船，在沾河漂流，看到的，是中国最美丽的森林风光和北方最齐全的树种。峭壁、乱石、横断木、浅滩、激流、大缓弯，目不暇接，红松、白松、樟子松、桦树、椴树、水曲柳，眼花缭乱。不时，还能听到一声尖尖的鸣叫，那是沾河森林铁路的小火车在叫唤。不敢漂流的人，可以乘坐小火车，也能饱览小兴安岭风光。中午歇下，在渔民手上买几斤活蹦乱跳的江鱼，就用沾河水，原汤化原食，那个风味，吃一次，能记一辈子。

玩累了，在黑河，可以歇下来，休息休息，好好享受一下黑河美食。

在黑河地界，吃什么？吃绿色食品啊！山珍河珍黑土珍，尽是绿色。在农区，吃农家饭。比如到五大连池就吃五大连池特色。五大连池地方不大，人口也不多，可是却有不少好东西，当地有民谣。“连池鱼、矿泉蛋，药泉豆腐农家饭”。五大连池的鱼，都是珍贵的冷水鱼，在矿泉湖里生长的鸭子，下的蛋都格外有营养，更不用说用矿泉水加工出来的东北大豆腐了。到了江边，吃大鱼。为什么说大鱼，因为黑龙江的鱼，大，实在的大。我1972年到逊克出差，顺便看望一个同学。同学的岳父为了招待我，亲自跑到江里打渔。晚上同学到招待所找我，兴冲冲地说，打着一小怀头，已经炖上了。我那时不知道怀头为何物，便问，有多大？同学说，八九斤吧。着实把我吓了一跳，小的八九斤，大的该多大？后来拜见了怀头的真容，才明白怀头之大，