



◀成都博物館裏製作「三大炮」的雕像。



水煮牛肉

7月28日晚，成都第31屆世界大學生夏季運動會開幕式舉行。在這場青春的盛會上，志願者「小青椒」們搖身一變，穿上以四川辣椒為靈感的紅色服裝，成為「小辣椒」引導員。

如果說開幕式上的「小辣椒」只是讓來自世界各地的青年對火辣的川菜和火熱的城市有了一個「初印象」的話，那麼穿行於成都的大街小巷，邂逅各種川味菜餚、火鍋和傳統小吃時，你將真正品味到成都美食中所包含的細碎和溫暖，體味到最撫凡人心的人間煙火氣。就像英國美食作家扶霞、鄧洛普所說的那樣，自己和川菜的相遇是「一生中最棒的際遇」，嘗到了川菜也就嘗到了生活。

大公报記者 向芸(文、圖)

走在成都的街頭，隨便走進一間餐館追尋市井川味，哪怕只是最簡陋的「蒼蠅館子」（指一些沒有經過精美裝修但是味道很好的小飯館），端出來的川味菜餚，都能讓人食指大動。

魚香肉絲成航天「招牌菜」

如果喜食麻辣，可以點一道水煮牛肉，在辣味湯中燙熟的牛肉片肉質細嫩、油而不膩，配以青綠的萵筍片、嫩白的蔥段、紅亮的辣椒，滑嫩適口，香味濃烈。麻婆豆腐也是不錯的選擇。

想和中國航天員品嚐同一道美味嗎？那魚香肉絲是必點菜餚，這道菜葷素搭配且全部可食、營養豐富均衡、鹹辣酸甜齊備，曾被航天員楊利偉帶上「神舟五號」，從此成為航天「招牌菜」。雖然叫魚香肉絲，調味食材裏卻沒有魚，由鯽魚和紅海椒一起在鹽水中浸泡成的「魚辣子」，是做魚香味川菜的關鍵配料之一。一盤魚香肉絲端上桌，色紅而艷，肉絲、萵筍絲、木耳絲粗細均勻，聞起來有魚的香味而不見魚。

如果想大口吃肉，選擇扶霞、鄧洛普眼中「好吃得不得了」的回鍋肉準沒錯。所謂回鍋，就是將肥瘦相間的豬肉煮至八成熟後，切成厚薄均勻的肉片再次烹調的意思。有意思的是，回鍋肉可以和蒜苗、青椒、洋蔥、芹菜、土豆、鍋盔、苕粉等任何一種食材搭配，每一家炒製出來的回鍋肉味道都不盡相同，因而能讓人有家的記憶。

在成都要推薦一道自己最喜歡的川味菜餚，是一件很難的事情。傳統川菜中，有麻辣、酸辣、椒麻、家常、紅油、糖醋、魚香、怪味等24種味型，每一種味型與不同的食材搭配，都會衍生出不同的美味佳餚。從宮保雞丁到夫妻肺片、從紅油兔丁到燈影牛肉、從冷鍋魚到甜皮鴨……無論是什麼樣的口味，你都能在成都找到自己喜歡的那種味型。

麻辣火鍋讓人揮汗如雨

除川味菜餚外，火鍋是來到成都不容錯過的體驗。麻辣火鍋讓人揮汗如雨的熱辣過後，各種傳統小吃都可以讓你換一下口味。據「老饕」們的非官方統計，成都的小吃有500多種，大家耳熟能詳的就有200多種。龍抄手、鍾水餃、韓包子、賴湯圓、三合泥、葉兒粿、泡粿、鍋魁、蛋烘糕、蒸蒸糕、三大炮、擔擔麵、肥腸粉、冰粉、雞絲涼麵……

誰說成都只有辣？在成都美食中，「甜」也無處不在，比如迄今已有百年歷史的賴湯圓。清末，四川資陽人賴元鑫來到成都一家小吃店學手藝，從1894年起開始在成都走街串巷挑擔賣湯圓。其實，賴湯圓原本是「奈湯圓」，「奈」在川南人口裏有「熱絡、暖和」的意思，由於他本人姓賴，於是往來的人們便都叫他「賴湯圓」。他製作的湯圓煮時不爛皮、不露餡、不渾湯，吃時不黏筷、不黏牙、不膩口，滋潤香甜，爽滑軟糯，成為成都有名的小吃。

而「三大炮」作為成都極具聲色的傳統小吃，越是人多的地方，越有競爭力。在一張木板上，擺着12個銅盤，兩兩相疊，分行排列；木板下面放着一口熱氣騰騰的大鐵鍋，裏面裝着煮好又用木槌春茸的糯米糍粑。售賣時先從熱鍋盆中扯出一坨糍粑，分為三小坨，並用力摔向案板中央。由於案板上放有銅盤，拋扔糯米糍時會因擊打案板而震動發出金屬響聲。食客只聽見「砰砰砰」三聲，三坨糍粑早已飛向對面的竹籤箕中，裏面裹了芝麻粉、黃豆粉，撿入盤中並澆上濃濃的紅糖汁，就成了一份好味的小吃。以「大炮」彈射的方式製作，真是既好吃又好玩。

事實上，成都的美食說上三天三夜，也難以道盡。唯有背上行囊，到成都來一場以美食為線索的「尋路之旅」吧！

穿行成都街巷 邂逅川味佳餚



▲吼堂老火鍋將菜市場搬進火鍋店。

葷素搭配 煮出沸騰人生

火鍋串串

火鍋古稱「古董羹」，因食材投入沸水時發出的「咕咚」聲而得名。成都火鍋最早的記載可以追溯到西晉著名文學家左思的名作《三都賦》之《蜀都賦》，距今已有1700多年的歷史。他在《蜀都賦》描述了成都豪富們宴飲的場景，「金罍中坐，餽榻四陳。鱗以清醪，鮮以紫鱗……」，讓我們得以一窺「火鍋」的雛形。

在成都，親朋好友聚會，常常會選擇吃火鍋。成都的火鍋湯底種類繁多，牛油、清油、番茄、菌菇的……可以滿足不同年齡、不同口味的食客的喜好，能煮在裏面的菜餚更是五花八門。當親友聚會，在沸騰滾燙的火鍋裏，煮下或單或素的各種鮮美食材，喜笑颜開地聊着家長裏短，一天的疲憊似乎便在這種相逢和熱氣騰騰中被治癒了。

除了味道外，環境和氛圍也是成都火鍋店吸引食客的要素之一。比如在成都吼堂老火鍋，食客們彷彿一秒穿越回上世紀三四十年代的民國老成都。進入店內，伴隨着堂倌一聲聲抑揚頓挫、鏗鏘有力的吆喝聲，大家先是感受到了老成

都非遺文化——鳴堂技藝。店內不僅有道明竹編、桂花龍窠，綿竹年畫等巴蜀非遺手工藝術品，還將菜市場搬到火鍋店裏，並還原了老成都的茶館文化和民國時期的火車站等街頭巷尾和集市風貌。

如果覺得吃火鍋過於「隆重」，你還可以選擇「串串」。成都冷鍋串串作為四川傳統的地方小吃，是草根美食最大眾化的體現。它最早出現在上世紀八十年代中期，由各種蔬菜、肉食切成不規則的形狀，用竹籤穿成一串一串，再放入特製配方的鍋裏加工煮熟。當時這種「串串」常用小車推着在街上叫賣，人們隨叫隨停、隨站隨吃，吃完後按竹籤數量算賬，很是便捷。

如今，「串串」也有了專門的店面，矮方桌、小檯子、熱氣騰騰的湯鍋以及大把的竹籤，就構成了成都特別的一景。各種葷素食材往竹籤上一串，食客們隨意選取喜歡的串串，一邊涮一邊吃，吃完後呼喊一聲「老闆兒，數籤兒」，還能找回些許當年的快樂。



▲在沸騰滾燙的火鍋裏，烹煮各種鮮美食材。

正宗川菜 十味俱全

話你知

俗語說，「食在中國，味在四川」。

作為中國四大菜系之一，川菜源起古巴蜀，萌芽於商周，漢晉初成，唐宋興盛，清末定型，當代繁榮。川菜口味清新醇濃、麻辣辛香並重，善用麻辣但不僅僅是麻辣，《四川名菜》一書載稱：「甜鹹酸軟脆麻辣苦鮮香，十味俱全，此川菜之正宗也。」

成都是川菜的主要發源地，其歷史上的繁華和各地移居人口不斷流入，使得川菜博採眾家之長、融會各方特點，極具包容性與創造性，並以「五味調和、百味生香，一菜一格、

百菜百味」的特色，成為廣受民眾喜愛的「百姓菜」。



▲川菜有「一菜一格、百菜百味」之譽。



◀成都各種傳統小吃，包括賴湯圓、鍾水餃、龍抄手、甜水麵。

川菜典故

麻婆豆腐

相傳清同治年間，成都一家小食店老闆娘將豆腐切塊，加入炒香的豆豉、豆瓣，配以炸酥的肉末收汁，再加工入花椒粉和辣椒粉，口感麻辣鮮香、軟嫩彈滑，廣受歡迎。因這個老闆娘臉上有輕微的麻點，當地人戲稱其為麻婆，這道既下飯又便宜的美食也得名「麻婆豆腐」。



回鍋肉

回鍋肉起源四川農村地區，古時稱作「油爆肉」，味道偏向於鹹鮮，到了明清時期，辣椒的傳入使回鍋肉基本定型，而清末豆瓣的創製，大大提升了回鍋肉的口感和品質，使其成為川菜中著名的一道菜。



魚香肉絲

