



### 小笼包

无锡最出圈的美食有三样：小笼包、油面筋、酱排骨。说起美食，无锡小笼绝对是当之无愧的“排头兵”！这小笼包，肉馅儿里藏着两勺子的肉香，一勺子的糖甜，连那汤汁儿都是让人回味无穷的鲜甜味儿。一口咬下去，满嘴都是幸福的味道，让人忍不住想再来一笼！



## 无锡的美食之旅(一)



食记

责任编辑 张旭  
投稿邮箱 578678516@qq.com

### 馄 饨

馄饨的种类繁多，五花八门。从馅料上分，有开洋馄饨、干拌馄饨、荠菜馄饨、虾肉馄饨等。开洋馄饨是以鲜美的虾肉为馅，口感鲜美滑嫩；干拌馄饨则是用特制的干拌酱汁拌匀，馅料香醇可口；荠菜馄饨则是以新鲜的荠菜为馅，清香爽口；虾肉馄饨则是以饱满的虾肉为主料，鲜美无比。此外，馄饨的形状也各异，有的呈元宝形，寓意财源广进；有的呈鱼形，寓意年年有余。在烹饪方法上，除了传统的水煮外，还有煎、炸等多种方式，口感各异。无论是早餐、午餐还是晚餐，一碗热腾腾的馄饨都能让人感到温馨和满足。



### 酸辣汤

哇塞，说到无锡的这道家常美味，简直让人欲罢不能！真的，好像没有什么连锁大品牌能与之媲美，最正宗的味道都藏在小巷子里的馆子里。



### 无锡早面

无锡人的早晨，总是伴随着一碗热气腾腾的早面开始。面条细滑，汤底清澈，每一口都让人感受到那份清爽与利落。这不仅是一道美食，更是一种生活的仪式感，仿佛只有吃上一碗这样的早面，才象征着元气满满的一天正式拉开序幕。

在无锡，早面的制作有着严格的要求。面条必须选用优质的小麦粉，经过多次揉捏和拉伸，最终形成细滑柔軟的口感。而汤底则是用骨头熬制的高汤，清澈见底，味道醇厚。此外，早面的配菜也是十分讲究的，通常会有一些时令蔬菜、鸡蛋、肉丝等作为搭配，为整个早餐增添了丰富的营养。

除了美味之外，无锡人吃早面还注重“气”。这里的“气”指的是气氛和心情。在清晨的微风中，一家人围坐在桌前，一边品尝着热腾腾的早面，一边聊着家常，这种温馨与和谐的气氛让人倍感舒心。对于无锡人来说，吃早面不仅是为了填饱肚子，更是一种享受生活的方式。

## 冬日的温情糯米粳

庞步高

我的家乡是个山清水秀、丹桂飘香的小城。江南水乡温润的自然气候，滋养着人们安逸的生活。家乡是一个可以放慢脚步、放松心情的好地方。家乡传统特色的小吃数不胜数，美味可口，风味独特。然而，有一道寻常的小吃，历经岁月的洗涤，依然鲜活于记忆的味蕾，令我一直念念不忘。那就是家乡的糯米粳。

糯米粳虽属于汤圆一类，但与汤圆不同的是没有包馅，纯糯米粉制成。家乡的父老乡亲习惯把绿豆、海带丝和糯米粳组合在一起，做成一道独具风味特色的饮食。也有将薯线粉、腊肉与之配合，煮出一锅香气四溢的浓汤。在吃腻了以面条为主食的早晚餐后，吃上一碗糯米粳，无疑是让味蕾大开，比吃上山珍海味还要快乐。

母亲用传统手艺做的糯米粳，全家人围坐在一起吃，其乐融融的场景让我倍感温馨和幸福。

小时候每年冬天小雪过后，母亲总会煮上一锅热气腾腾的糯米粳，说是吃过后整

个冬天都暖暖和和的。头天晚上，母亲将新鲜的糯米先用清水浸泡上4到5个小时，翌日早起，再用石磨磨成米浆。那时我七八岁，抢着去拉磨，母亲则一勺一勺地把泡好的糯米放入盘孔中，在磨盘的转动下，洁白的米浆顺着磨盘凹槽汩汩而下……

糯米浆磨好后，母亲用纱布滤干水分，直至呈黏稠状态，再反复揉搓使之成为不粘手的粉团，然后搓成桂圆样的丸子。搓丸子一般由妹妹跟母亲打下手。妹妹心灵手巧，搓出的丸子与母亲的一样。她们围坐在装糯米粉团的盆子旁，从粉团上揪下一小块，在两个掌心中搓得滚圆。那些搓好的丸子一个个洁白无瑕，一副珠圆玉润的样子。

糯米丸子搓好后，母亲在鼎锅里加上半锅水，放入红薯粉条与腊肉。煮上二十分钟后，再把糯米丸子一股脑地倒入锅内，又煮上十几分钟。掀开锅盖，煮熟的糯米粳与腊肉芳香四溢，氤氲着从厨房一丝丝飘出来，浓香馋得人垂涎欲滴。

这时，母亲把鼎锅从火炉的挂钩上取下来。大声叫喊着“大家都来吃糯米粳啰！”父亲、我、弟弟、妹妹都迫不及待地围在一起，母亲将盛满糯米粳的瓷碗一个一个递给我们。我端着碗跑到院子的梨树下，用竹箸夹起一个就往嘴里送。虽然被烫得嗷嗷直叫，但是仍然经不住美食的诱惑。母亲总是告诫我说，慢慢吃，不要慌，可管大家吃饱吃够。我一连吃了几个，满嘴软糯滑润，随之而来的是绵密柔韧的齿感。这种质朴又纯粹的味道，如冬日里的阳光那么温暖和抚慰人心。

吃了几碗糯米粳，我的肚子胀得滚圆滚圆的，走路都感觉有点吃力。母亲看着我，脸上露出幸福的微笑。时隔多年，这种神情永远定格在我的记忆里，那是一抹梦牵魂绕的乡愁与朝思暮想的亲情。

家乡的美食，是我最深的乡愁。一个人，总有些滋味停留在记忆里。无论去过多少地方，吃过多少珍馐佳肴，最怀念的，还是母亲手工制作的食物和家的味道。

品味

责任编辑 柳再义  
投稿邮箱 jsgrb\_liu@163.com

果盘众星捧月簇拥着。在礼仪繁昌的徽州，客人到了，主人会先解开顶市酥让他们品尝。除了逢年过节，红白喜事也不能少了顶市酥，它代表着一种礼节，故民谚说：“拜年不带顶市酥，请君不要进厅堂。”

在我们的记忆中，顶市酥只在隆重的节日日子里才会有，平时是难得见到的。现如今，人们生活条件好了，商店一年四季都有顶市酥出售，顶市酥制造技艺已被列为省级非物质文化遗产。老人们常挂在嘴边说的一句话是：“现在生活条件真好，天天都是过年。”

前不久，带父亲逛屯溪老街。父亲对沿街琳琅满目的商品不感兴趣，却盯着店门口的女服务生看。原来，服务生端着一个小盘子，免费给路过的游客试吃现做现卖的顶市酥。“你这酥糖火嫩了，进嘴有些凉。”服务生不服气，红着脸说：“我家顶市酥可是老街最好的顶市酥，是著名非遗传承人指导制造的。”父亲来了精神，与女孩争执，两人的互动惊动了店内的老板。老板听过父亲的话，牵着父亲的手，请他进店坐坐，还泡一壶上好的红茶招待，虚心向父亲请教熬糖技术，一时成为我们亲戚群里的佳话。

说起全中国最会生活的城市，无锡一定榜上有名。这座江南名城，以其独特的魅力，吸引了无数人前来探寻。

无锡，自古以来就不是兵家必争之地，因此这里的人们一直过着安逸的生活。这种氛围让无锡人养成了“小富即安”的生活态度，他们注重享受生活，追求内心的平静与满足。

对于无锡人来说，生活的最高诉求就是每天吃好吃好。他们深谙美食之道，善于将普通的食材变成美味佳肴。无锡菜以甜著称，这种甜并不是简单的甜腻，而是甜中带鲜，咸中带甜，让人回味无穷。这种独特的口味，正是无锡人对生活的独特理解的体现。

## “白切”家乡味

甘 婷

单位新来了一位同事，武汉人。由于他是新来，一天，与我聊起广西饮食，他很是很好奇地笑道：“你们这怎么那么多白切菜？”我这才发现，确实如此，我们两广人颇爱吃白切，白切鸡、白切猪脚、白切柠檬鸭……由此可见，白切菜品种繁多，早就占据了两广地区的半壁江山。

白切又称白斩，属两广菜系中的一个重要组成部分。据说，白切最早始于清代的民间酒店。一天，酒店的主人把鸡煮好还没来得及切就来了几位顾客，顾客们又累又饿，于是吩咐店主上菜，店主想要把鸡肉用配料煮好，可是顾客早已等不及，拿起水煮好的鸡肉就吃，就这样，白切鸡便传开了。

想要制作一只精致的白切鸡，其实并不简单：首先得把锅中水烧开，加入姜片、葱、料酒，随后手提鸡头，将鸡身浸入开水中氽烫片刻，提起控水。重复数次后再将整只鸡放入锅中，用小火将鸡煮熟透，取出。接着，还得把熟鸡放入冰水中浸没冷激数分钟，这样吃起来鸡肉熟而不烂，皮爽脆有嚼劲，肉细而滑，肉丝间带着鲜美的汁水，原汁原味，清淡鲜美。如果另配一碟蘸料，用香菜、沙姜、生姜、芝麻油、酱油调和起来蘸着吃，那将会别有一番风味。

白切猪脚做起来程序可简单多了，将猪脚从中间切开去骨，再用竹片把猪脚夹成笔直形状，拿绳子捆起来，拉紧，放锅里煮，加入料酒、姜片去腥，煮熟后需放冰箱冷冻半小时后拿出切薄片。在猪脚冷冻的当儿可

以调配酱汁，酱汁一般用酱油、麻油、芝麻油、蒜蓉、胡椒粉、姜末、芥末和少量白醋等多种材料制作而成，这样的酱汁，酸、甜、辣的蒜味酱汁最适合猪脚，肥而不腻、清新爽口是白切猪脚的独特风味。

风味最为独特的要数白切柠檬鸭了。白切柠檬鸭可算是广西白切中的重口味：鸭肉水煮熟透，切成大小适宜的块状，将咸柠檬、酸薑头、酸姜、酸辣椒、山黄皮、酸木瓜、香菜等切碎淋醋、酱油调成浓汁浇在肉上，一时间，酸香、辣味扑鼻，开胃极了。

两广人吃白切菜，习惯用煮肉之后的汤来焖米饭，这样做熟的米饭滋润得很，且还飘着一股浓浓的肉香，吃起来可带劲儿了。小时候我常常这样一吃就是三大碗，惹得爸妈都笑我是小吃货！

此外，在广西巴马一带，水灵山秀，长寿者多，当地流行吃白切香猪肉。这香猪是巴马瑶族自治县的特产，早已成为中国国家地理标志性的产品。其骨细皮酥，肉质嫩滑，肌肉鲜红，味美甘香，营养丰富，胜似山珍野味，素有“一家煮肉四邻香，七里之遥闻其味”之称。

记得2009年9月，我前往巴马一个小山村做支教，当地人热情好客，争着抢着拉我到其家中做客。席间，一桌丰盛的菜肴摆在面前，其中就有这白切香猪肉，而我独爱这道菜。当地的主人告诉我，白切香猪肉的做法主要是将猪肉煮熟熟后切成透明薄片，再用花生末、鱼香草末、姜末、酱油和适量花生油拌匀做成酱蘸着吃也是别有风味。自那时吃过之后，至今仍念念不忘。

白切，切的是原汁原味的食物，品的是原始的甘香，每一个吃着白切的两广人，心里无不装着一个故乡，那是自己永远也忘不了的根啊。

## 冬天里的青紫萝卜

逸 翼

八十年代初，镇上的浴室旁边的摊子上，常有青萝卜、紫萝卜，还有甘蔗、荸荠卖，旁边会有台球摊子。洗过澡的时髦青年，一手拿着甘蔗，一手拿着台球杆，非常羡慕他们的潇洒。

一到星期天，我就盼望着舅舅带我到镇上洗澡，舅舅喜欢打台球，我在旁边看，他会买几片青、紫萝卜给我吃。摊子上摆放一些青萝卜、紫萝卜，青萝卜是绿色的，有淡绿色的还有深绿色的，我喜欢那种淡绿色中镶嵌乳白色的萝卜。紫萝卜外皮紫色，切开后从中心向四周有紫色的线条辐射开，紫线中间颜色是淡紫的，感觉像一幅画。当时的萝卜切成片当水果卖，也有款爷买整根萝卜的。舅舅给我买的萝卜，我一股拿起一片用舌头舔了又舔、闻了又闻，有点舍不得吃，然后才小口地咽下，已忘记萝卜带有点的辣味。

所以，现在我看到青紫萝卜就会生起一种特殊的情愫，那种贪婪地瞅着，期盼的眼神，欲吃兜里又无钱的尴尬，有种欲罢又不能的情怀，至于是什么味道已经不重要了。

前几天我去亲戚家，一大桌子菜，我已经记不清了，但腌制的一碗青、紫萝卜丝勾起我的回忆，青、紫萝卜切成细丝，用盐腌制一下，放在碗中放入作料，生抽、陈醋、麻油、橄榄油、花生酱再配上香菜搅拌，绿色、紫色的搭配，让人食欲大增，我吃得津津有味，儿子说这有什么好吃的，我说好吃，他不知道我吃的是情怀，是回忆，是温馨。

现在大多数水果店、蔬菜店里都有青、紫萝卜卖，已是寻常物了，不在稀罕，想吃随时就买得到。我偶尔也买来，亲手切丝腌制，炆上一盘，给餐桌上增加一道果蔬，当然是我吃得最多。

## 能吃的“红包”

谢光明

顶市酥，又叫酥糖、红纸包，是黄山市周边久负盛名的地方名点，始于宋代，流行明清。顶市酥形状酷似一个厚厚的大红包，包裹酥糖，剥开来，抓起成块，提起成带，内含饴糖不粘牙，不黏纸。松软酥甜的口感，老幼皆宜，是当地人过大年不可或缺的主要糕点之一，被誉为“能吃的红包”。

古徽州一府六县，包括现在江西婺源县和安徽池州市绩溪县均有顶市酥，原料大同小异，味道却有差别。同一个县，甚至同一个乡镇，不同师傅制造的顶市酥，口感各有千秋，这种差异主要来源于师傅的手艺和火候掌控能力。上好的顶市酥，不仅香味浓郁，且保质长期，年前制作的，到年后清明采茶季，仍不变质。

徽菜被世人广为称道，徽州诱人的美食不亚于它灿烂的文化，顶市酥是正月人们互相馈赠最多的礼物。一些乡镇常有自己独特的小吃名点，因规模生产顶市酥而名声在外的小镇不在少数。过年时候，普通人家备年货，多数去商店购买几盒顶市酥，方便又省事。有的人家不嫌麻烦，请师傅来家里做，或者自制。制作顶市酥，需选用上好的白玉

芝麻、纯正麦芽，以及熟面粉和红色食品纸。操作不难，手法娴熟的师傅，包出来的成品方方正正，又像一盒盒棱角分明的火柴，难的是火候，这不是网上搜搜资料就能学会的，需要跟着师傅反复练习。

父亲曾在一家食品厂上过班，小时候的腊月，他总会买来面粉饴糖，自制一些顶市酥。做好了，拿出一半左右分给左邻右舍和村里的亲戚，另外还送给一位行动不便的孤寡老奶奶。那时候，父亲掀起我的衣角，抓起一把温热的顶市酥，数八个或十个，吩咐我送到谁家谁家去。送到孤寡老奶奶家时，老奶奶说：“你爹真好，看得起我，每年都给我酥糖吃，可是我又没有东西给你们。”说完，她拉着我的手，给我一个红包。

老奶奶的红包里装着两块钱，红纸用的是顶市酥的纸。我拿着两块钱的红包高高兴兴回家，却招来父亲一顿严厉的责骂，父亲让我把红包拿去还给了老奶奶。

在我的家乡祁门农村，正月初一才算过年。初一拂晓，放鞭炮开门迎春后，人们拿出准备了一冬的茶点摆放在八仙桌上，桌中央放着的，肯定是红艳艳的顶市酥，被其它