

全国秋天最会吃的地方,贵州算一个



全国各地逐渐进入深秋应有的气温。秋风一起,味觉也跟着入秋:北方炭火腾腾,羊肉清香;南方微风干燥,腊味飘香;沿海渔港,蟹黄流金;西北草原,滩羊鲜嫩……

每一座城市、每一片土地,都在用食物记录着秋天的气味,也书写着属于当地人的生活哲学与人间烟火。

本期,我们从北到南,探寻秋天最丰盛的味道地图。无论身处哪一方,这些温热、香气四溢的味道都在提醒我们:秋天,不只是季节的转折,更是舌尖与心间最丰盛的告白。



东北·铁锅炖 一勺下去,是咸香、是热气

在东北,炖是一种应对从深秋开始的寒冷方式。零下二十度的寒风里,只有铁锅能让让人心安。铁锅厚重的盖子被热气顶得微颤,混着油香与蒸汽,屋里都能因此暖和几分。

“大乱炖,看似‘乱’,其实是东北人把整个秋冬的丰盛都炖进一锅的智慧。”

先得炼糖色,油与糖化成琥珀般的泡沫,排骨下锅,“啦啦”一声炸响,香味立刻冒出来,顺着窗缝钻出去。再添上炖菜的灵魂——酸菜。紧接着是家常的菜:土豆、豆角、茄子、粉条、笨鸡、猪肘……一层层叠上去。锅底渐渐浑厚,汤色从清转浓,脂香包裹着酸香,暖意层层叠叠。

等到锅边开始噗噗冒泡,东北的大乱炖就成了。肉烂而不散,酸菜脆中透软,粉条吸得满满当当,一筷子下去滑不脱手。再来一张玉米饼贴锅边,外焦内软,一撕就香得直冒热气。

窗外雪正大,屋里炕热腾腾。人围着锅坐,碗边起雾,谁都舍不得放下筷子。那一锅,不只是食物,更是抵御漫长寒冬的底气,是北方人心里最实在的温度。

贵州·酸汤 山地人的发酵魔法

贵州的酸汤,像极了这片山地的气候——潮湿、热烈,又有层层叠叠的回味。

在黔东南的苗岭深处,酸是生活的底色。这里地处山区,交通闭塞,盐源稀缺,当地人便“以酸代盐”,用发酵出的酸味补足身体所需的矿物质,也平衡潮湿气候带来的种种不适。久而久之,酸成了贵州饮食的灵魂,也成了日常语言中的一部分。苗侗人常说:“三天不吃酸,走路打串串”,意指不吃酸,浑身都不自在。

最初的酸汤,是从米中“酿”出来的。人们把糯米煮熟取汤,密封发酵,几日之后便得到一坛乳白色、带着微酸清香的白酸汤。它质地柔和,酸而不呛,是山地人家的日常底味。

北京·铜锅涮肉 一锅铜火,炖出北方秋意

北京的秋天太短了,短到只够涮一锅羊肉。人们双手插兜,脚踩落叶,拐进街角的老店,坐在咕嘟作响的铜锅前,羊肉一片片飞薄,清汤一滚,香气便裹着寒意沸腾了起来——这,就是属于北平的秋天。

北京人爱羊肉,爱得直白,也爱得讲究。一锅清汤,看似寡淡,其实极有章法。海米、口蘑、葱姜与枸杞打底,清鲜中带着甘甜。羊肉片薄得能透光,一入锅便卷,几抖几翻,恰到好处。裹上一层浓香芝麻酱——北京人称“蘸酱”,再蘸点韭菜花、酱油、辣椒油,那股芝麻香与羊肉的油脂交织成一股温热的雾气,从嘴里一直升腾到眉心。

除了芝麻酱,酸甜爽脆的糖蒜也算是涮肉灵魂的不二之选,一口肉一瓣蒜,那简直味道“赛神仙”。铜锅下的一盏红炭,则是北方冬天的篝火,把寒意逼退,把人气聚拢。

浙江·螃蟹 秋风起,蟹脚痒

秋风起,蟹脚痒。对浙江人来说,秋天从第一只梭子蟹上岸那一刻开始。

漫长的东海岸线,从舟山到温州,潮汐昼夜起落。海风带着盐分与腥香,吹熟了一整片丰收的海域。浙江是中国海岸线最长、岛屿最多的省份,海与人交错太久,早已把“吃海鲜”刻进了基因。开渔之后,码头上堆满翻滚的梭子蟹,壳青如玉、膏黄似金——堪称东海秋天最闪亮的收成。

浙江人的吃蟹哲学,讲究一个“鲜”字。舟山人信奉“高端食材,只需最简单的烹饪”:锅中不加水,只垫两片白菜叶,将螃蟹倒扣干烤,蟹香伴着焦气扑鼻而来,肉质紧致、回甘悠长。台州人偏爱家烧青蟹,猪油爆锅,黄酒去腥,蟹膏与汤汁交融,香浓得能从巷子口飘到街尽头。宁波人则在细节中取胜,把梭子蟹斩成十八块,用酱料慢腌,鲜味被切割得精准又极致。

这片沿海土地四季分明,秋风夹着海咸气,也带来丰盈的蟹膏与蟹油。饭桌上,蟹羹滑嫩、蟹年糕软糯、蟹生腌香辣——一城一味,一口入秋。



血糕,更是街头早餐与下午茶的常见美味。

秋风起,福建的鸭香也随之弥漫,无论汤、卤、烧、蒸,每一口都鲜香多汁,妥妥的秋日享受。

宁夏·盐池滩羊 西北秋日的热量来源

眼下的西北,气温已经骤降,来一锅热腾腾的羊肉便成为抵御寒意的首选。而盐池滩羊,更被誉为“中国羊肉的顶流”,让无数食客为之倾倒。

盐池县位于宁夏东部,东邻陕西、甘肃,北接内蒙古,四省交界的地理位置赋予了它独特的农牧文化交融,也造就了滩羊生长的天然环境。这里地势平坦,黄河缓流,土壤富含盐碱和矿物元素,肥沃河滩上生长着针茅、沙蒿、甘草、苦豆子等170余种耐碱植物,滩羊以此为食,肉质细嫩鲜香,肌纤维致密,膻味极低,切开湿润不粘手,这也是盐池滩羊的独特魅力所在。

在宁夏,滩羊的烹饪方式丰富多样。清水煮是最地道的吃法,保持羊肉本身的清香与药草味;手抓羊肉则彰显大块吃肉的豪迈;爆炒羊羔肉外焦里嫩,香辣四溢;烤全羊色泽金黄、焦香诱人,配以本地秋季椒、孜然和芝麻等酱料,更添风味;酱香卤羊蹄、爆炒羊头、凉拌羊脑等做法,则让滩羊的每个部位都各得其所。

秋冬之际,一碗热腾腾的滩羊汤,不仅暖了身体,更承载着盐池人的历史与烟火气息。

广东·腊味 岭南的风晒哲学

当第一阵带着微燥的秋风拂过榕树,广东人就知道了,是时候“食腊味”了。

广东腊味,是全世界最“不讲规矩”的腊味。别处多以猪肉为多,而在岭南,几乎“万物皆可腊”。猪肉、鸭、鹅、鱼、虾、甚至乳鸽、鹌鹑——只要能晾得干、腌得香,都能登上广东人的餐桌。那一节节竹竿下,挂着的是岭南人对风物的理解,也是他们和季节对话的方式。

其中最具有代表性的,当属广式腊肠与腊肉。珠三角一带的腊肠不辣,色泽红润、甜咸交织,关键在那一抹玫瑰露酒与蔗糖。酒去腥提鲜,糖调和咸度,经过时间的催化,散发出淡淡果香与陈酒气。蒸一碗白米饭,铺上几片腊肠,盖上锅盖小火焖煮——揭盖那一刻,油香腾起、咸甜交融,是“人间至香”的岭南版本。

而粤北南雄的腊板鸭、东莞的腊猪肝、顺德的腊鲮鱼干,各自借地气成风味:有的借霜风生晒,有的用米酒提香,有的靠二次风干取其沉稳香气。

广东人不止会“腊”,更会“食”。从腊味煲仔饭到腊味萝卜糕,从腊肠炒芥蓝到腊味火锅——蒸、炒、煲、焖,各有章法。最经典的莫过于煲仔饭:热米铺底,腊味上层,文火慢煲。腊肠的油脂融入米粒,锅巴焦香四溢,吃到最后一口,齿间仍留酒香。

图文据中国国家地理