



于世间风物里，灰烬常是生命落幕的余痕。

可在黔西南北盘江峡谷两岸，糯谷草燃尽却是一味美食新生的开端。

每逢节庆，贞丰布依族村寨便萦绕着别样焦香。将成熟的糯谷草束起，文火慢燎，让秸秆在半燃半烬间化作细腻灰末。这些汲取了草木灵气的灰烬，经仔细筛选后拌入糯米，再以粽叶层层包裹，便成了模样质朴、风味独特的灰粽。这一枚其貌不扬的粽子，是布依族先民跨越千年，依托山水风物淬炼出的味觉传承，更是深植于峡谷大地的生活智慧。

一枚灰粽里的草木哲学

陆朝英展示包好的灰粽 林剑/摄



洗粽叶 樊川/摄

峡谷秘境，山水养一方风物

云贵高原向广西丘陵过渡的褶皱地带，北盘江自乌蒙山脉奔涌而来，在贞丰境内劈出纵深峡谷。石灰岩峰丛拔地而起，山势跌宕，海拔从四百余米陡升至一千九百余米，连片平原难寻，散落山间的坝子，便是布依族人世代赖以生存的沃土。

山高谷深的独特地貌，塑造了昼夜温差大、光照充

足、水汽丰沛的小气候。温润的水土、适宜的海拔，为糯稻生长构筑了得天独厚的自然温床。千百年来，当地人依山而耕，循时序劳作，在这片喀斯特山野间，默默守护着古老的稻作文明，也为灰粽的诞生理下了自然伏笔。

山水相融的生态环境，不仅孕育出优质谷物，更滋养出布依族顺应天时、巧用万物的生活理念，让糯食文化在此生根、蔓延。

千年糯种，沃土孕育原生本味

依山而居的布依族人，在此深耕糯稻已有近七百年历史。岩鱼村坐落于千米海拔之上，是公认的糯稻生长黄金之地，古老的岩鱼糯在此代代繁衍。这一原生稻种株型高挑，远超寻常水稻，米粒饱满紧实，香气尤为突出，素有“一亩稻花十里香，一家煮饭全寨香”的说法。曾有外来良种试图取而代之，却始终复刻不出这份醇厚米香与软糯口感。在村民心中，这方水土孕育的老糯稻，是灰粽风味不可动摇的根基，也正是依托这片土地独有的糯质资源。

贞丰灰粽最初名为“马脚杆粳”，名字里藏着先民的生活智慧。古时布依族人常年

穿行于峰林峡谷之间，上山劳作、长途迁徙皆是常态。人们便以粽叶包裹米肉，制成尺余长的条形粽食，形似马腿，便携耐存，是游走山野时绝佳的饱腹干粮。

民间还流传着一则趣味典故：先人进山劳作时，随身粽子不慎落入糯谷草灰烬中，意外发现沾染草木灰的粽食愈发鲜香，且久放不坏。这一偶然的发现，演变成代代相传的制粽技法。岁月流转，昔日的行路干粮，慢慢演变为节庆名吃，在市井烟火里沉淀出独有的故事与底蕴。从求生干粮到文化美食，灰粽的演变，也是布依族生活变迁的缩影。



把稻草灰和糯米混合 林剑/摄

草木入粽，道法自然的味觉巧思

以草木灰入粽，是布依先民顺应自然、巧用万物的生活哲思。糯谷草烧制后的草木灰富含碳酸钾，呈碱性，既能分解糯米紧实的淀粉结构，让米粒煮熟后软糯弹牙、色泽油润，又可中和肉食的油腻感，在缺少冷藏设备的旧时光里，还能有效延长存放时间。

不同于别处取碱液制粽的方式，贞丰人坚持将筛净的草木灰直接拌入糯米，让草木肌理与米粒相融，造

就出独一无二的层次口感。从采叶、选草、控火烧灰，到拌料、翻炒、包裹、烹煮，一十四道工序步步考究。烧灰讲究分寸，忌生忌焦；辅以猪油、香辛料同炒，草木焦香、油脂醇香、谷物本香层层交织。

食材甄选亦恪守山野本真：山间散养黑毛猪的五花肉脂香绵长，本地小板栗粉糯绵密，清晨带露采摘的粽叶清鲜纯粹。一物一味相辅相成，成就了灰粽糯而不腻、香韵悠长的独特风味。以草木之灰活化谷物，是先民读懂自然、妙用自然的至高智慧。



放料 廖迅/摄

烧稻草灰 廖迅/摄



烹煮 张帆/摄

匠艺传薪，五代坚守，一脉匠心

一门古老手艺的赓续，离不开代代匠人的躬身坚守，省级非遗代表性传承人陆朝英，便是当代布依灰粽技艺的典型代表。邻里唤她“胖四娘”，这份亲切的称呼，伴随着她与糯食相伴的半生岁月，也成了当地灰粽手艺的一张名片。

陆朝英生于布依农家，自幼受家中长辈熏陶，十岁便执起厨具，学习祖辈流传的糯食手艺，年少时便挑着扁担、推着小车，走街串巷售卖粽粿与糯食，在烟火市井中磨砺技艺、体悟风味真谛。她恪守古法要义，尤其深谙烧灰的诀窍，始终遵循“不生不焦”的准则，完整保留草木灰赋予粽米的独特香气与口感。从手作小摊到家庭作坊，再到标准化生产工坊，数十年光阴里，她未

曾改动核心工序与传统配方，执着守护着峡谷深处的本味。

与此同时，当地熊家粽粿等老牌作坊同样坚守五代古法，众多手艺人同心聚力，让布依糯食技艺在传承中愈发兴盛。传统匠心与当代坚守相融，让一缕草木粽香，在岁月更迭中始终鲜活。

端午至，粽香满城，贞丰的节日民俗更添别样诗意。当地布依民众延续着古老的“洗眼”习俗，采摘玫瑰、百合等鲜花，蘸取清冽古井水擦拭双眼。传说屈原化身龙神，沾染“龙水”便可清心明目、祛病祈福，护佑一年平安顺遂，年轻女子更是借此祈愿容颜秀美。这一浪漫古朴的民俗，为端午佳节蒙上一层温情面纱，与满城粽香相映成趣。

图文来源：《贵州画报》