

河东风物

# 打卡绛县特色美食

## 解锁“天下第一县”味蕾地图

□张广瑞 王钰

绛县作为我国建制最早的县份之一，被誉为“天下第一县”，其饮食文化也成为千年河东历史积淀的重要组成部分，各种风味小吃有近百种。从清晨的一碗热汤到深夜的夜市狂欢，从传统非遗美食到街头家常小吃，这座小城用多元的风味，勾勒出独属于故绛的味蕾地图，成为美食爱好者不容错过的深度游目的地，来到这里，没个七八天是吃不过来的。

### 早餐，激发一天的活力

冬季清晨，许多绛县人打心底里惦记的，当属当地特色“乳白羊汤”了，起来直奔羊汤馆，先“美美啜一碗”再说。羊骨熬汤，辣椒出色，油脂乳化在高汤之中，将这滋味醇厚、飘香四溢的绛县风味送达餐桌。它不比晋北吃肉大快朵颐，也不似运城风味羊肉泡打底，汤味不腥不膻，对食材味道亦不抢不夺，但人们能品出肉香、葱香、盐香、辣椒香，用它御寒养胃。配上绛县饼子、麻花，饱餐12元，肉多一点的15元、20元、25元。从县城到另9个乡镇街市，以县级非遗项目“顺子羊汤”及“芳心斋”“一路香”“龙凤羊汤”“海水羊汤”“焦记羊汤”等为代表，一年四季，食客盈门。

绛县振兴街西段“河南清真丸子”是小城为数不多的需要排队购买的小吃店，一碗热腾腾的牛肉丸子汤开启美食之旅。丸子汤搭配现烤饼，汤底浓而不稠，韭菜提鲜，丸子劲道弹牙。把饼掰碎泡入汤中，吸满汤汁的饼块与丸子在舌尖碰撞，是本地人最爱的灵魂早餐。而十几家牛肉丸子店散布小城，风味不一，多喜配食牛羊肉包子、麻花和饼子，各有客户。

30年老店的运城市非遗项目“新庄胡辣汤”在县城有4家连锁店，粉条、面筋、炸豆腐，淋点小米醋在汤中交融。或者来一碗绛县酥油茶，搭配一块钱两个的水煎包，焦脆的外壳与软乎的面皮包裹着馅料，韭菜口味更是必不可少。

送孩子上学路过几所学校门口，现炒馍夹菜也是惊喜，5元一份分量十足，现炒的锅气搭配多样蔬菜与鸡蛋，家常味里藏着朴实的美味。

绛县非遗特产“中杨饅椹”和“格兰托”（当地石子饼）泡在羊汤里也是美滋滋。饅椹用传统柴火烧制工艺制成，外皮焦黄、内里松软，越嚼越香，是当地结婚、满月等特殊日子及亲友馈赠的美食符号。“格兰托”（石子饼）有大有小、有咸有甜，店铺更是开遍县城及塬下南樊、安峪、大交等乡镇街上，成为县里人的心头好。

随意走入一家早餐店，韭花的香气被咸卤激发，这是绛县人对豆腐脑的执念。如果早餐想清淡，来一碗现熬豆浆，加不加糖一样滋养；或者来一份黑米粥，香甜可口是餐馆儿独有的配方；小米粥养胃，小店必备。葱花饼是汤类绝配，吸饱汤汁，麦香与汤鲜交融，是绛县早餐独有的搭配巧思。还有现炸小油条，泡汤、干吃，一食两吃。汤品定价多数是两三元，主食称斤卖，一顿早餐5元足够、10元管饱。

绛县早餐以丰富品类、地道风味与亲民价格，成为“运城早餐优选地”之一。而且，绛县人外出开早餐店卖小吃的足迹也早已遍布四方。

### 午餐，补充满满的元气

到了午餐时间，绛

县大盘鸡更是“重头戏”，本地人吃大盘鸡的灵魂在于白糖、老陈醋与土豆泥的搭配。劲道拉条子裹满土豆泥，酸甜咸香交织，一口入魂。与大盘鸡齐头并进的还有炒鸡，“辘序特色炒鸡”和“山东鲁香炒鸡”平分秋色。

分布各处的饅烙面、牛肉扯面、刀削面、刀拨面馆，记载着绛县人的乡愁。在外游子回来，如果早餐一般是羊汤、丸子汤或胡辣汤，午餐大多就想“撸”一碗饅烙面、牛肉扯面或刀削面，配上一盘蒜泥卤肉或小车压牛肉，再加两三个茶叶蛋；调旗子、香辣面、窝饭（汤面）、搓鱼儿，是许多人的求学时代回忆；各种馅的饺子，手工制作，劲道入味。

中午，绛县人民医院门口叫卖的盒饭，是游客触手可及的本地家常。常见的卤面，也叫焖面，西红柿豆角炒至七成熟，加水煮开，用算子承载着面条置于笼屉之上，20分钟后熟面条与汤汁相遇，盖上锅盖回笼半刻，入口沁香、浑然天成。

路边的盖浇面面馆，除了西红柿鸡蛋、肉酱臊子、白菜海带豆腐作卤以外，还有一种常见的本地酸菜。通常在冬春时节，以现挖的芥菜或者芥菜烫熟入坛，等待乳酸菌恣意发酵。其成品汤红透亮，以辣椒、蒜片爆炒酸菜后，加酸菜汤、加开水轻微炖煮汇成汤底，配以黑豆粉和白面混成的杂面擀成面条煮熟，吃完一碗，酣畅淋漓。绛县酸菜面酸香醇厚，是本地冬春时节独有的风味记忆。

如果还想吃点别的，绛县砂锅也是不错的选择，绛山街东段和车厘路的砂锅各有风格。以“乔庄砂锅”为例，海带、豆腐、白菜、粉条打底，现炸的小酥肉（马莲）、菜丸子、排骨，以及烧肉、鱿鱼等荤素搭配，满满当当的营养盛宴，佐之以花卷、烤馍，汤中可加醋、加辣椒，吃起来风味十足。不同的店还有其他种类，比如：鸡肉砂锅、素丸子砂锅、牛肉砂锅、鱼块砂锅……多挑剔的味蕾都可以得到满足。除了砂锅以外，还有外来的“新绛火锅村”，其色香味均可与原研发地媲美。

如果遇上庙会、赶集，绛县油糕、麻团、红薯方，这几个糖油混合物定能拿下冬日头牌。路边热气腾腾的煎锅上，除了玉米煎饼，还有炒凉粉。凉粉切块放在铁板上煎至两面金黄，香飘半条街，盛在碗里浇上蒜水，一口开胃，吃一盘想一盘。夏季，凉粉摊通常会加上旋凉粉，洒水、刨丝，抓起拢在碗里，浇上灵魂芥末，吸溜一口，又呛又爽。

### 晚餐，邂逅烟火的温情

忙碌了一天的人们，准备吃晚饭了。绛山街东段“后街晚餐”、厢城街西段“快乐晚餐”……已经成为城东、城西的晚餐招牌。蒸菜卷、大馅饼、熬菜（杂烩菜）、韭菜软卷、盒旋、菜盒、玉米发糕、白面糖油糕、油卷（油馍）、油疙瘩、油心馍、蒸红薯、蒸南瓜、煮玉米等，还有各种热炒凉拌、各样汤粥，令人眼花缭乱、馋涎欲滴、难以选择。走进晚餐店，不怕找不到喜欢的东西，甜、咸、香、辣、冷、热、荤、素一应俱全。

若有聚会，会在城

东，吃一桌“东昇酒家”的便饭，便是吃一桌满堂欢喜。若是闲暇在城中，下午5点半以后，飞龙小区路上的“李卫刀拨面”，家常口味的“米旗子”深得大众喜爱。若是漫步到城西，县人大附近胡同有“成都地摊鱼”农家乐，与本地20年老店的京都炆锅鱼炸鱼火锅不同的是，江团、黑鱼现杀切片，过浆入锅，酸菜和各种辣度的口味自选，吃的就是一个新鲜，吃完可以涮菜，店里的小碗辣椒酱是一绝。夏夜，遍及县城和乡镇街头的小店、地摊自助小火锅煞是火红，热闹十足。若是有空去陈村镇路口，“蓉城梭边鱼”的涮鱼鲜嫩可口，“老家大锅台”热热闹闹的一锅炖香飘满屋。

正餐吃完不尽兴，“绛中夜市”转一转。山东淀粉肠、西安烤面筋、上海炸鸡柳、广式肠粉、东北麻辣拌或本地麻辣烫……百元以内，“打卡”中国大江南北。走累了坐一坐，大棚棉帐里火锅涮串，冬夜也有夏日的火热。

此外，还有铁板烧，外焦里嫩的面筋刷上咸香麻酱，物价良心又美味；承载童年回忆的土掉渣烧饼，肉酱与酥脆边缘的组合让人难忘；酥脆的里脊肉夹饼，鲜嫩的“羊老板”烤羊肉；且不说县城“王家烤肉”“一二海鲜烧烤”等烧烤店，每一款都极具绛县风味，盛夏遍布城乡的烧烤摊更是香飘十里。

从清晨到深夜，从非遗美食到街头小吃，绛县的美食之旅，不仅是味蕾的狂欢，更是对这座“天下第一县”饮食文化的深度探寻。这里的美食，既有河东大地的饮食基因，又有本地独有的创新与坚守，每一口滋味都承载着历史记忆与生活温情。不妨循着这份美食地图，走进绛县，开启一场舌尖上的旅行，在烟火气中读懂这座老城的独特魅力。



▲绛县饅烙面



▲绛县乳白羊汤



▲绛县大盘鸡



▲运城市非遗项目“新庄胡辣汤”



▲绛县非遗项目“中杨饅椹”



▲绛县牛肉扯面



▲绛县小车压牛肉



▲绛县非遗项目“顺子羊汤”

