

# 真黔味--贵阳



## 肠旺面

面条起源于中国，到现在已有四千多年的制作食用历史。一碗面，浓缩了中华民族悠久的历史，也在不同的地域文化中生根发芽。北京有杂酱面，兰州有牛肉面，武汉有热干面，成都有担担面...而提到贵阳的面，让人第一想到的就是肠旺面。

贵阳肠旺面有着深厚的地方文化底蕴，且民间流传着许多关于肠旺面的动人故事，仅从贵阳肠旺面的制作工序和行业术语，就很耐人寻味了，这是一种颇有地方韵味的享受。



## 香酥鸭

香酥鸭是贵阳当地一道有名的美味菜肴，鸭肉在油炸之后酥脆，连骨头都可以嚼烂，在贵阳当地这道美味经过改制，淋上清香四溢的麻椒面，让人直呼过瘾大汗淋漓也觉美味十足。

其实从名字就可以知道这道小吃最主要的主要特点，就在“香酥”两字上。香，香味浓郁，香气扑鼻；酥，酥软爽口，酥而不油，让人吃起来有点欲罢不能！吃完之后整个嘴巴都是麻的，因为这个香酥鸭放了大量的花椒在里面，还粘一点点辣椒面，整个吃完就是麻麻酥酥的！



## 贵阳雷家豆腐圆子

贵阳小吃五花八门，解放前有这样一首关于贵阳小吃的顺口溜：“豆腐圆子肠旺面，荷叶糍粑糕粑店。一品大包刷把头，沓臊馄饨太师伴。”顺口溜中所指的豆腐圆子就是始创于清朝同治十三年雷家豆腐圆子。

雷家豆腐圆子是贵阳的一道特色小吃，其色呈焦黄、外脆内嫩、心似蜂窝配上特质的蘸水。食用时用酱油、折耳根、葱花、辣椒、麻油、香菜、醋等配成水。



## 水城羊肉粉

常说“南粉北面”，水城人就是爱吃粉，水城人的早餐就是羊肉粉。滚烫的羊肉汤，火辣辣的油辣椒，细腻的肉片，再配以白玉般的米线，一碗羊肉粉，直叫吃粉人大汗淋漓，意犹未尽。

水城黑山羊，全是放养式的，主食野草，饮山溪流清泉，毛色光滑，肉质细嫩。正因为如此，水城才是羊肉粉制作口碑最好的地区。毫不夸张地说，到外地出差两三天的水城人，回来的第一件事一定是吃肉粉，才感觉回到家乡了。



## 水城烙锅

改革开放后，烙锅以地摊的形式出现在了水城街头。后来，人们又将凸状黑砂锅改成了平底的带边生铁锅并且是放到煤气炉上面加热，1992年后，水城烙锅破天荒地搬进了店堂，并很快形成了烙锅小食街。

现在的水城烙锅，已逐渐演变成为无所不烙了蘸碟也比原来单一的五香辣椒面碟增加了许多，像麻辣折耳根蘸水、烧青椒蘸水等。吃烙锅的时候，记得再点一份冰粉、甜酒粬、荞粬粬、酸菜豆米饭佐烤辣椒腐乳、蒸糕哦，极具特色！

## 虾子羊肉粉

虾子，曾属遵义县，2013年托管于遵义市新蒲新区，距遵义中心城区29公里，地处黔北交通要道杭瑞高速左侧，东与三渡镇接壤，西与喇叭镇交界，南抵西坪镇，北与新舟机场相连。是遵义综合保税区，新蒲经开区所在地。气候宜人，风景秀丽，土羊放养一直是当地的习惯，冬至吃羊肉的风俗也一直源远流长。早在清康熙年间，这里就形成了一种独具地域特点的小吃，羊肉粉。



## 豆花面

遵义豆花面柔软滑爽，辣香味浓，风味特殊。起源于清代光绪年间，最初是素面，是一行善人家专为来湘山寺烧香拜佛的人开的，如今在遵义，豆花面馆遍及大街小巷，生意火红。众多的豆花面馆以老城一带的最负盛名，其中又以老城红花岗公园路刘成祐豆花面最有名，1982年改革开放之初，刘成祐老先生把豆花面的素辣椒改良为油辣椒，又在蘸水碟里加入了本地口味肉丁，才有了今天遵义豆花面的口味，使得刘家豆花面在遵义引起了广大市民的喜爱。





### 安顺波波糖

波波糖，又叫波波酥。它香甜、易化，是外婆做给孙子吃的一种点心，在当时乡下叫做婆婆糖。主要特点是香、甜、脆，色泽麦黄。食之口内久留芝麻的清香。波波糖系清朝咸丰年间始创，用料考究，早为贡品，驰名中外。因它落口即酥，制作过程中多如水波荡漾，所以又名落口酥、波波酥、波波糖。



### 裹卷

安顺裹卷是贵州省安顺市的有名小吃，又称杨武裹卷，它起源于90年代安顺市杨武乡，店铺已遍布安顺各个地方。它有独特的多种口味，它是安顺人的一种习惯，无论是小孩、年轻人还是老人，都特别喜欢吃。卷皮洁白，香辣爽口，开胃生津。味道多种多样。安顺裹卷为冰冷食物，在炎炎夏日吃起清凉爽口，但在冬季只要将辣椒底料加热，同样可以食用。馅料的颜色自里面透出来，晶莹剔透红红绿绿煞是好看，单是外观已令人食欲大振。

### 大方豆腐

以当地所产黄豆为主要原料，经浸泡、研磨、高温熬浆、去渣过滤、分离结皮，将制成的豆油皮以人工卷制成棒状，然后经烧烤、干燥后，即得豆棒成品，一般每入根豆棒以竹签贯穿成排，便于保存、外运。每根长约50厘米，直径约4厘米，表色金黄，油润光亮，层次分明，表里如一。大方豆腐是中国贵州毕节大方县的特色美食，成型好，不松散，食味鲜嫩可口，软绵细致，味香清爽，咀嚼有劲。大方豆腐种类繁多，吃法多样，富有特色。



### 酸菜洋芋粑

加工好的洋芋丁、和面，将洋芋丁与和好的面放在一起搅拌均匀，在将搅拌均匀的土豆面粉糊到在固定的圆形器皿里面放到油里面，炸至表面焦黄。再放入事先准备好的酸菜、辣椒水即可食用。酥酸可口，让人吃过一次就难以忘怀。





### 丝娃娃

德江群众饭后的点心，或晌午小吃，薄薄的玉衣包裹着多种蔬菜瓜果，既刺激了味蕾，又绿色健康。



### 木黄米豆腐

在木黄，能够让人津津乐道的美食很多，这其中啧啧称道而又独具特色的美食就数木黄米豆腐。木黄米豆腐，没有文献记载，口耳相传已经有几百年的历史了，传统的工艺流程成就了它独具魅力的一面，在色、香、味、型等方面都堪称地地道道的一道珍馐，致使它名声远播，一年四季里慕名前来品尝的食客络绎不绝，成为梵净山周边美食文化中的一支独秀，绽放自如，同样也给这方水土竖起一张美食名片。

### 兴义饵块粑

如果说原先的饵块粑还像一道小吃，现在它就已然被返朴归真的潮流发扬光大为一道特色菜了，和着火腿炒，香而不腻且卖相十足。当地特产毛稻米(又称香米)经淘洗、浸泡、蒸头道、二道至熟透，入石碓舂不见米粒为止，再搓揉而成。冷却后涂菜油防裂，硬实后置清水中备用。略显淡绿，软而有劲，富有韧性，不裂不溶，煮不乱汤，气味清香，耐水泡贮存。可油煎、肉炒、火烘、油炸，制成甜油粑丝;切丝晾干，以菜油炸脆，香酥尤美。



### 贞丰粽子

贞丰粽子使用传统手工制作工艺，香味独特，好吃宜人。形体长方，粽叶外包，稻草扎捆。剥开是油绿糯米，夹裹棕红板栗、肉色排骨，色香味美，见之口舌生津，食之大快朵颐。

贞丰粽子就口味而言，馅荤素兼具，有甜、有咸。多以香味为主，甜少咸多。辅料则是最能突显地方特色的板栗+猪肉(排骨)+粽叶(特种粽叶和竹子叶两种)+糯米+部分香料(草灰、草果、食盐等)配制而成。





### 牛羊瘪

牛瘪，又被称为“百草汤”，牛瘪和羊瘪，是黔东南非常奇特的一种食品，不少外地人难以接受。它是在宰杀牛羊时，将其胃液取出并过滤干净，在烹制牛羊肉将熟时，放入适量。烹制好的牛瘪和羊瘪是黄绿色，入口微苦，有健胃、祛热和助消化的功效，被黔东南少数民族视为待客上品。

“可以将牛肉放汤中一起煮食，也可以“牛瘪”作盐碟，用煮熟的牛肉蘸着吃。



### 凯里酸汤

据科学检测:酸汤含多种维生素，有8种人体必需的氨基酸和丰富的蛋白质，具有止渴生津，开胃健脾的功能。黔东南苗族侗族自治州有句名言叫“三天不吃酸，走路打捞蹿。酸汤类菜肴，在黔东南自治州各县市、各民族都很盛行，尤以凯里市区最为典型，故外界统称为凯里酸汤鱼。实，做酸汤火锅的酸汤，分苗族白酸汤和侗族红酸汤两类。现已发展成为酸汤系列饮食。

### 独山盐酸菜

盐酸菜最初称作坛酸，后改称盐酸，是布依族、水族、苗族等民族久负盛名的食品。产地主要分布在贵州省的独山、三都、荔波等县，其中尤以独山县出产的盐酸菜较著名。独山盐酸菜色鲜味美，脆嫩可口，具有酸、甜、咸、辣之独特风味。



### 三都鱼包韭菜

水族人爱把活鱼煮成鲜鱼羹，还爱把鱼制成鱼干贮藏起来，而传统的最珍贵的菜肴则是鱼包韭菜，它不仅味美可口，而且含有祭祀祖先的特殊意义。

鱼是水族人民待客的上品。端节特别精心制作的鱼包韭菜更另有一番意义。相传很久以前，瘟疫蔓延，水族祖先上山采了9种药材，放进鱼肚里蒸了食用，结果避免了瘟疫。后来9种药材逐渐失传，采用韭菜(谐音)代替，象征9种药材，从此世代相传，鱼包韭菜就成了当地的特殊名菜。

