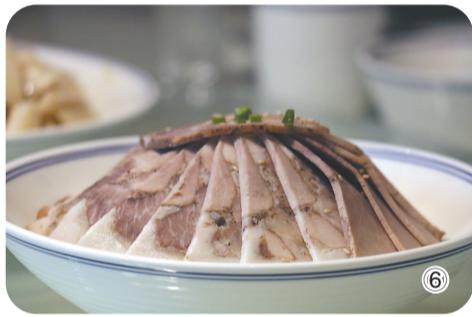


焦作小吃之卤肉

本报记者 陈东明

要想卤肉香，八料加老汤。怀府菜，家乡味，寻找焦作美食，感受怀府味道。今天，本报《寻味焦作》栏目记者带读者探访的是怀府老百姓都喜欢的一道美味：卤肉。



说起焦作本地菜中最为老百姓喜爱的一道美食，不能不提卤肉，作为一种老百姓最常吃的美味，卤味在焦作怀府菜中占重要地位。

焦作人喜食卤菜，大街小巷从卤肉店到卤肉摊，随处可见。下班回家，顺手买上两样，既是一家的下饭菜，也是小酌一杯的下酒菜。

焦作的卤肉制品历史悠久，随便找一家店，说起自家的卤肉，那都离不开一锅传承了好久好久的老汤。正所谓卤肉香不香，全看那锅汤。一锅老汤使用年代越久，卤出的肉味越醇厚鲜美。有个说法，兄弟们分家，房子、钱财可以不要，那锅家传老汤一定要分到手。锅坏了，换锅；生意大了，一锅汤变成两锅汤，但汤底必定不换。

从沁阳的卤驴肉、卤板肠，到博爱的热闹卤肉、陈家卤牛肉、卤肘子，再到中站的老末卤肉、土渣路的卤大肠头，市区的天芝香、贾师傅等各家卤肉店，许多都是焦作授牌的地方特色名吃。不管是县里还是市区，有点名气规模的不算，小店小摊，哪家都是卤香四溢，人气满满。说起那锅汤，那个传承，都是俩字：悠久。

其实卤是烹饪上的一种古老方法，集烹制(加热)与调味二者于一身。翻开我国的餐饮文化史，自人类有了火和炊具后，最早的烹调就是拿盐加水炖。随着人类味蕾不断增强的欲望，人们又不断创新出了各种烹调技法，逐渐发展出“卤”与“浸”。正如南甜、北咸、东辣、西酸之别一样，焦作地处中原，一年四季气候变化大，需要在饮食中补充热量来满足需求，故以味重、多油脂的“卤”为主。而岭南地区，特别是广东一带地处亚热带，气候温和，口味清淡，以味轻的“浸”为主，故有“南浸北卤”之说。

从起源上来说，卤菜制作可以追溯到遥远的战国时期，《楚辞》《齐民要术》中记载了战国时期的宫廷名菜“露鸡”的制作方法

法，现在我们所说红卤的烧鸡、白卤的白斩鸡都是根据“露鸡”发展得来的。而焦作本地传统烧鸡的制作就是红卤，味香肉烂，极具历史传承和焦作特色，因为卤制鸡的外观色泽不好看，现在很多烧鸡店大都结合了外地烧鸡制作工艺，对传统卤制工艺进行了改良和创新。

相对于炒制等技法来说，卤制这种久远的美味制作方法中，包含了更深厚的传统文化和理念，更加注重味道与营养，在卤制中，融入了更多对生活的理解与感悟。

自古以来，我国就有药食同源、医厨相通的传统，人们在制作卤汤时，各种香料和中药材是必备的食材，只是各家所持理念不同，工艺和配方、配比也各有不同。在焦作的卤肉制品中，有必要说说的是牛肉面鼻祖博爱苏寨的陈维精这条线。

日前，记者在沁园春大酒店考察该店卤肉的制作时发现，该企业在怀府地方特色卤制品的传承上做了很多工作，邀请有关专家对卤制配方、工艺等方面进行研讨，记者通过与专家的交流发现，卤肉是否好吃，汤料配方和制作工艺的科学严谨性十分重要。

在本报有关陈家牛肉面的挖掘报道中，人们会发现一个现象：陈家既善于美食制作，又精通医术，其后人陈九如献出的陈家祖传方子中，除了牛肉面的汤料配方，还有一个卤制配方外。陈家的配方始于清嘉庆年间，后其祖上陈位林将配方嵌进一首诗里：“豆蔻”枝头翘，翠竹苏寨绕。“八角”“大红袍”，盎然“丁香”笑。“春砂”映阶绿，“芳香”溪流跳。“桂香”八月里，骑驴叹“国老”。

从方子可以看出，其中的配料都是传统中药材，据陈九如介绍，其配方和配比都讲究平衡，如何使用也很讲究。而在祖传配方的传承上，陈九如注重研究和配料的科学性。

2021年9月份，记者参加了陈九如、马家大爷牛肉面店董事长王军与河南农业大

学食品科学技术研究生导师孙灵霞教授的一次交流(孙灵霞的博士学位论文名为《八角茴香对卤肉挥发性风味的影响及其作用机制》，经陕师大官方微博发布后一下子成为网友热议的话题，“河南农大老师8万字论文研究卤鸡”的新闻在全国引起热议，被网友称为“最美味的论文”)，三个人就配料在卤制过程的作用进行了详细探讨，而这种对传承所具有的严谨的科学态度，也为焦作地方特色美食的现代化经营提供了很好的一种借鉴。

陈家200多年的卤制配方卤制的牛肉和肘子，算得上焦作卤制品的经典之作，据了解，陈家相关的卤制品也很多，这在马家大爷各店都能看到。相对于陈家的八味配料，有的卤汤配料有几十种，这也是各家味道不同的原因，有心之人，细品之下可以区分出来。

焦作的卤肉制品有两种吃法，因食材不同而不同，因习惯也有所不同。一般来说，不管是素卤还是荤卤，卤制品是“热做冷吃”，这样口感丰富，香气宜人，润而不腻。但相对于其他卤制品，焦作许多人更喜欢吃刚出锅的卤肉，热热的肉骨分离，再配上几个小菜，大口吃肉，大口喝酒。

不过这多限于卤猪肉之类的，如小车牛肉这样的卤牛肉及白卤制品，则多喜欢冷后胶质凝固的那种弹性，以及在口中融化后那种鲜香味道。

萝卜白菜各有所爱，不管怎么吃，切上一盘红光鲜亮的焦作卤肉，配上一个刚出炉的烧饼，或者点上一盘卤牛肉，再来上一碗牛肉面，面香、卤肉香，保管你直呼过瘾。

图①② 卤套肠。

图③ 陈家酱牛肉。

图④ 沁园春小车牛肉。

图⑤ 酱驴肉。

图⑥⑦⑧ 陈家肘子。

本报记者 陈东明 摄



打造健康美味
百姓饮食指南

主编：陈东明

新闻热线：

15893090301

监督维权热线

13503913331



扫码关注焦作日报公众号



扫码关注焦作日报抖音号