



周五出版 主编 陈东明 编辑 马允安 版式 赵恒 校对 王金伟 组版 韩冬萍



一碗鲜香可口的家常土信面。



清化笋美味。



用清化姜熬制的姜糖银耳粥。

# 山清水秀好地方 清化街上美味多

本报记者 陈东明

“又到一年霜降时，对于博爱姜农来说，这既是一年中最辛苦忙碌的时候，也是一年中收获丰收喜悦的季节。自古以来，作为豫晋商贸交通要道的清化，在历史变迁和文化交融中，清化美食逐步发展成为豫菜怀府地方特色菜中的一个独特品种，其中有其厚重的历史、地理、文化等原因，也离不开如清化姜这种当地优质食材所提供的雄厚支撑。

## 清化有好姜

博爱的姜又叫清化姜、怀姜、贡姜，主要种植在博爱县北部的上庄、花园、下期城等20余个村，迄今已有1600多年的历史，为博爱县特产，全国农产品地理标志。晋代诗人潘岳任怀庆令时曾写有“瓜瓞蔓长苞，姜竿纷广畦”的诗句，记述了博爱姜的分布情况。清乾隆十五年（1750年），因其具有丝细、香辣宜口味道鲜和久煮不烂等上佳品质，乾隆朝拜月山寺时纳清化姜为贡品。

博爱当地历史上便有种植“三辣”的传统习惯，清化姜就是三辣之一，个头小于常见姜，因其块大、丝细、色黄且味道鲜辣宜口、百煮不烂、抗逆力强、含水量少、易于加工贮藏等特性远远超出常见生姜，是同类中的佼佼者，既是烹饪必备之物，又因具有解毒、散寒、温胃、止吐、止咳、止泻的功效，自古被称为东方药物。明代医学家李时珍在名著“本草纲目”中赞誉怀姜“可蔬，可果，可药，可和，其利博也”。

优越的自然因素造就了“清化姜”的优良品质，也使其成为焦作人们喜爱的厨中之物。焦作菜市场上常有专门售卖清化姜的摊位，民间也有：“朝含三片姜，不用开药方”“冬吃萝卜夏吃姜，不劳医生开药方”等说法。

历史上，人们常利用清化姜制作出糖晒伏姜、糖腌姜片用来医治胃寒病。糖晒伏姜是治疗老胃寒病的灵丹妙药。其制作简单，价格经济，味道甘辛，民间广为流传。群众用姜和蒜苔捣碎制成的姜蒜苔酱，姜拌韭菜制作的腌韭菜花，都是菜族中的老成员，它们味道格外鲜美，姜蒜苔中的蒜苔和腌韭菜花中的韭菜花都由寒性变温性好食不寒胃。随着时代的发展，姜的用途越来越广泛，群众用博爱姜制成

的品种也越来越多了。用姜和大料、花椒、茴香、肉桂制成的五香粉，是汤、菜、包子和饺子馅的上好调料；鲜姜和香油、味精、食盐等制作的姜渣罐头，既可增强食欲，又有健胃功能。

## 当地好食材

作为一道美食制作中的重要元素，食材是其中一个基本要素，所以在我国餐饮名著袁氏《随园食单》中，十分强调本味为上这个理论。在食材的选择上，其《须知单》中要求因地而选，因时而选，择优而选。

而仔细了解怀府餐饮文化会发现，清化的深厚美食文化和传承得益于清化镇由晋入豫的独特地理优势外，更得益于清化秀美的山水和丰富的物产。

除了清化姜，在传统豫菜制作中，清化笋也是一道极其美味的优质食材，据《博爱县志》记载，清化笋在宋、元、明三代都是贡品。

“村村门前水，处处竹为家。”说起博爱，说起老清化，许多人马上会想起竹子。博爱竹林历史悠久，作为我国华北地区面积最大、产量最多的竹林区，据《山海经》载：“虫尾之山，其上多金石，其下多竹，多青碧，丹水出焉，南流注入中河。”这说明在战国至西汉初期，太行山下，丹水河畔，已有繁茂的竹林。唐初皇家在这里设置司竹监管辖竹业；北宋时废司竹监又置竹园；而明代，处在竹林中的许良已有竹坞之称，这里“地多水竹，最为清幽”，“夹溪修竹带青葱”，成为“胜游之所”。而历代诗人赞美博爱竹林美景的那些诗词，无不生动地向后人展示了当年清化竹林的这种诗情画意。

提起清化笋，最被老食客们所称道的则是由焦作老店增福轩、四合楼创制的两大名菜：清化炒笋白玉壳和虾籽烧



姜农在采挖清化姜。

清化笋。清化炒笋白玉壳这道菜颜色洁白、脆而含香、鲜美可口。白玉壳这道菜的食材和做法其实很简单，竹笋炒虾仁，取清化竹林的嫩鲜春笋，剥去笋壳，斜刀切片，焯水后用清水浸泡，放入油锅炒熟，然后再放入虾仁，爆炒葱花，加调味料即可出锅。味道鲜嫩清脆，余韵悠长，入口满嘴淡淡的竹韵清香。

虾籽烧清化笋则笋有虾味，虾有笋香，鲜嫩清香，别具一格。这两道菜是豫菜中的高档宴席名菜，属于“高大上”了，而两道菜选用的竹笋必须是清化笋上品。

博爱的竹品种繁多，每年5月上旬至6月中旬是采挖上市时期。清化笋以斑笋较好，其中又以路笋为上，当地人称之为“不露天”，即不出土的笋，质地鲜嫩，有核桃香味。清化人5月吃的是筠竹笋，6月吃的是斑笋。7月初，是斑笋最后的上市时节。

在老清化人家中采访时，一道家常清炒竹笋，便能展示出清化笋特有的鲜嫩清香。据介绍，清化笋和其他竹笋不一样，必须先开水焯一个小时，然后不加任何配菜和佐料，清炒上盘，色泽清亮，味鲜肉嫩，入口清香。

在博爱，说起清化食材和清化美食，人们还会说起很多，清化的绿豆凉粉、绿豆粉皮，清化人每天离不了的清化绿豆粉浆，让人津津乐道的清化土信面等。

## 孕育好味道

秀美山水不仅为当地众多的美味佳肴提供了深厚的物质和技艺支撑，使其成为历代官僚宦族、文人墨客的宴游之地，还孕育了清化深厚的美食文化传承。

这里不仅有“竹林七贤”的传世、怀商等独特文化体系的形成，还有鲜香四溢的清化水席、苏寨陈家牛肉面及众多怀府地方特色美味。

除了苏寨陈家牛肉面因河南甘肃和焦作兰州两省两地之间200多年的历史传承被人们所乐道外，清化水席和当地游宴文化的深厚也是一道独特的餐饮文化。

据了解，传承悠久的清化水席发源于东汉沁园文化，兴盛于明清时期，至今被当地民间厨师代代传承，并不断改进、完善、发展。

清化水席包括重八、重十、十大碗、三八等，虽数量不同但口味基本一致。改革开放以来，水席形式随着人民生活水平的提高，民间置办婚庆、寿宴、庆满月、乔迁、团圆等家宴都用三八席。

清化水席在发展演变过程中，最大特点是口味适中清淡、有甜有咸、酸辣点缀、老少皆宜。清化水席秉承传统风格，融合本地习俗，既有历史风味，又具个性特色，且多使用当地传统的清化姜、大葱、许良竹笋、怀山药、麻庄粉皮等优质食材，多使用高汤调制，形成重烩、轻炖、烹炒的厨艺风格，清化水席除8个菜外，八小碗、八大碗主要以汤为主、席面上菜如行云流水，因此被称为“水席”。深得各种人群喜爱。

清化水席鲜明的地域特色使其具有独有的历史价值，而其长期的历史文化影响，在迎人待客、接待礼仪、主宾座次、上菜顺序等方面严格的风俗习惯标准，也是其具有很高的文化价值。

而从营养价值上说，从起食材到制作技艺，都体现了传统豫菜的最大特点：清淡适宜，十分丰富的营养丰富。

清化水席烹饪厨艺上鲜明的地方特点也使其具有很高的烹饪研究价值。清化水席以烩炖蒸调为主，少用爆炒，符合健康饮食的理念，且事先要煮肉熬制高汤，高汤烩炖的菜肴味道厚重鲜美深受人们喜爱，这也为现代餐饮的打造推广提供了很好的基础。

山清水秀好地方，清化街上美味多。  
(本版照片均由本报记者陈东明摄)