

# 大河之北

## 河北味道

河北日报记者 白云



### 面食传奇

#### 花样繁多的饼

揉、擀、抻、卷、再擀，再抻，一块面团在保定徐水火烧师傅手上抓捏几下，就变成了一张服帖的圆饼。几乎同样的制作工艺，在沧州河间火烧师傅的手上，又会被揉搓成一张长方饼。

但不管是长的还是圆的，这块饼经过烙、烤之后，肉眼可见地在炉膛内起酥膨胀，铲出来丢在案板上会掉渣。划开火烧，把剁碎的驴肉塞满，再配点辣椒碎提味，一口下去，面饼酥脆满口香，饼里的肉质紧实，这就是保定和沧州河间都盛产的河北特色驴肉火烧。

被年轻人简称为“驴火”的驴肉火烧，是当下河北最有代表性、在全国最有知名度的地方美食之一。

“一个漂亮的河间火烧要达到薄如纸、色如金、酥如雪、形如书，就拿层数来说，最多的可达到20层。”省级非物质文化遗产项目河间驴肉火烧制作技艺代表性传承人李春秋介绍，火烧看起来表皮带油，实际上这层油从来没有刷在表面，“油要抹在擀好的面饼上，擀到3米左右长，一层层卷起来，把油卷进其中，再经烤制渗透出来。”李春秋说，这种吃法在当地可能有几百年的历史，传说是军屯移民最早在芦苇地里，用芦苇烧火、军锅烙制。

这种传说和徐水漕河驴肉火烧的来源惊人相似。

漕河驴肉加工技艺非物质文化遗产传承人刘敏英介绍，据考证，徐水的火烧制作，也是来自山陕一带的屯垦移民，在以面食为主的中原，迅速被接纳为当地主食之一。

那么在火烧中夹驴肉这种吃法，又是怎么兴起的呢？

《徐水县志》记载，宋朝时，漕河运输粮食，其附近有盐帮和漕帮分别承运盐和粮，漕帮打败盐帮后就宰杀盐帮用于运输的驴食用，自此在当地兴起了吃驴肉的习惯。

驴肉加工前，先用大火煮一小时，出锅后晾凉再压一夜的锅。“长时间焖煮，驴肉酥烂入味不说，一斤驴肉也只剩半斤多的量。”刘敏英介绍，有趣的是，漕河驴肉火烧往火烧里夹的是热肉，而河间驴肉夹的是凉肉。

不管是冷是热，两种驴肉火烧都解决了同样的问题——烧饼夹肉，瓷实解馋，非常扛饿。同时，不夹汤带水便于携带，相当于民间快餐。

夹肉的火烧，只是河北众多饼中的一种。河北人研究饼的历史，可以追溯到东汉。在《中国烹饪百科全书》中收录的全国680种风味小吃中，煎饼类81个，河北占8个，全国第一。入选的19个烧饼品牌，河北占7种。

河北的烧饼家族包括石家庄缸炉烧饼、衡水鞋底烧饼、唐山棋子烧饼、保定张嘴烧饼、临漳顶盖烧饼、赵县石塔烧饼、安国马蹄烧饼等近300种。

在美食家眼中，饼和饼也大有不同，不带芝麻的饼被称为火烧，带芝麻的则被称为烧饼。2021年12月1日，沧州黄骅市。

凌晨4时，58岁的张振海起床准备开工。他抓了一把锯末塞到炉具内引着，让小火慢慢烘烤着上方的炉顶，然后慢条斯理开始准备面饼。“这面粉是我们当地的旱地小麦，筋道。”张振海把50斤面粉倒入机器，那里，10斤的发面已经等候多时。

锯末不再冒烟，面在反复揉搓后醒来，老伴儿赶来帮忙。面团在两个人的手上极为顺滑——揪剂、搓条、压片、抹油、卷皮、擀片，最后两手在圆形的饼坯上把边缘捏出一道褶，张振海把它们一个个丢进铺满芝麻的箩筐，再拿出来，烧饼已经初具模样。沾水、胳膊朝炉里一伸，“啪”一下，烧饼就牢牢粘在炉具顶，炉底的低温开始慢慢炙烤。

擅长料理面食的河北人，对烧饼制作情有独钟。烧饼的制作大多是用烤、烙

工艺，有趣的是，烧饼的制作工艺接近，但炉具不同。

通常，烧饼制作的炉具分吊炉和缸炉两种。张振海的吊炉，用铁皮还有泥做成，架起来和他的身高平齐，烧饼要贴在齐眉的炉顶上朝下，与地面平行。

而缸炉烧饼所用的缸炉，用敲掉底的水缸、铁皮及泥做成，立在地上，烧饼或者贴在炉壁与地面垂直或者放在炉条上烤。

尽管烤制方法不同，但烤出来的成品味道接近，面香在烤炉内被激发到最大，芝麻又为这份香气助力，表皮酥脆，饼内层次分明，韧劲十足，夹咸菜夹肉，兼容万物。

与烧饼同样被河北人热爱的，还有家常烙饼，并由此派生出一种特有的吃法——炒饼。

2021年12月16日中午，石家庄雅香炒饼店已经座无虚席。

热气腾腾的炒饼一盘盘从后厨端上来，食客剥好一颗大蒜，劈开一双筷子，盘子一落桌就食指大动。

根根饼丝在翻炒中已和调料融为一体，白菜清香、豆芽鲜嫩，卖得最好的尖椒肥肠炒饼，一中午出近百份。老板刘成温呵呵地说：“市区有十几家店，一天饼丝用量都接近两千斤三份。”

河北人对炒饼的爱，在遍布街头的家常小店要加写“炒饼”俩字也能看出来。炒饼是对饼的二次加工，经过一番翻炒爆炒后，有菜有肉的炒饼，营养均衡又便捷，可以说是面饼之乡发明的另一类中式快餐。

#### 调和百味的面

2021年7月21日，辛集市南大过村。

57岁的孔群英一大早就骑着电动车去菜地选料——带着露珠的水萝卜，顶着小黄花的黄瓜，临走，再拔两根大葱、薹一把香菜、韭菜。“早上摘，鲜，中午日头一晒就不好吃了。”孔群英说着，又拐到村口小卖部，买了二斤鲜猪肉和一把蒜薹，把车筐塞得满满当当。

这天是二伏，是个吃面的日子。在北方，“头伏饺子二伏面”，很多人都认真遵循。孔群英家也不例外，尤其是今天，两个在市区工作的孩子都要回家。

午饭刚过，孔群英就开始忙活。肉、蒜薹切丁，黄瓜切丝、豆芽断生。然后，才是这顿饭的重头戏——擀面杖在面板上发出咕咕的动静，醒好的面团被擀得越来越薄，慢慢铺满了整个案板。她挺着腰，把折好的面饼细细切丝，切好的部位一提溜就是一根细长的手擀面条。

捞面条，是北方再常见不过的家常饭，也是很多河北人记忆中最熟悉的“妈妈味儿”。

与重视汤头的江南、西北汤面不同，与通过添加碱水和鸭蛋等食材实现弹牙的南方面不同，河北捞面，最能体现本地高筋小麦粉产生的柔韧而筋道的口感。妈妈们也总以擀面的手艺而自豪——尽管现在村头小卖部的轧面机轧宽窄不同又细又匀的面条，但全家都好孔群英亲手擀的这一口，“筋道”！

下午六点刚过，儿子、女儿两家陆续回到小院，小孩子们在葡萄架下蹭着脚去够还发酸的葡萄粒，儿子剥蒜、女儿煮面，儿媳摆碗筷，孔群英开始料理今天的“大菜”——炸酱。

热油铺锅，葱姜蒜下锅翻炒爆炒，两大勺甜面酱下锅，酱汁和热油发出滋滋的响声。酱香一出，刚刚炒好的肉丁紧随其后，每一粒肉丁都被面酱浸润包裹。添半碗水，勺子在锅里推一下，防止肉酱糊锅，红的辣椒丁和绿的蒜薹丁已经做好准备，在锅里的咕嘟声进入尾声时要起点缀的作用。

“开饭啦。”孔群英笑着从厨房出来，方桌就摆在院子里，小孩子们在吃着饺子头早早等着。红里透黑的炸酱，细碎黄瓜丝、翠绿香菜末、嫩白豆芽……细长的面条从凉盆挑到碗里，一碗碗在家人的手中传递。

面条，是河北餐桌上常见的主食类型之一，几乎承担起夏季饮食的半壁江山。面条本身在烹

煮之后几乎本味不变，也极尽包容，展现调和百味的千变万化。

借助各种不同的物产就地取材，河北人吃面，调味的不一定总是炸酱；沿海的虾油拌面，鲜虾轧制的虾油，咸鲜清亮，倒进面条里一搅，超级下饭；平原的麻酱面，淋麻酱是一门学问，只要调配得当，最简单的食材也能使醇厚与清凉相得益彰；张家口口的口蘑拌面，靠山吃山，配上当地的特色羊肉，汤浓面鲜；石家庄灵寿县的面条，面条粗犷，脆肉扎实，肥而不腻，管饱解馋；更不用提节俭由人的白菜卤、讲究细致的黄花木耳卤、方便快捷滋味鲜美的西红柿鸡蛋卤……

当然，河北也有重视汤头甚至基础食材根本就不是小麦粉的面条。

2021年11月9日中午，石家庄苏家饹饹面馆。正值饭点，店里已经人头攒动。一大碗冒着热气的饹饹面端上来，面条码放得很有条理，经过翠绿香菜和赤黄豆芽的点缀看起来令人食欲满满。挑一筷子面条送进嘴里，韧劲十足，口感爽利，带着荞麦特有的香味，完全不同于白面条的细腻柔软。

“在我们老家无极，有‘安棚饹饹起轿糕’的说法，是说在结婚的头一天，一定要吃饹饹面，部分无人还保留着除夕吃饹饹面的习惯，寓意都是全家和（饹）乐（饹）。”苏家饹饹面馆负责人袁建房介绍，2012年，无极饹饹面被列入省级非物质文化遗产名录，袁建房是这项技艺的传承人。百公里的邢台宁晋县，这里的西关饹饹面同样是当地人的心头好。

2013年西关饹饹制作技艺也入选河北省非物质文化遗产名录，申焕彩是传承人。饹饹面用荞麦面粉制作而成，但荞麦在早年的河北大部分地区均属救荒作物，并没有形成规模种植，为什么会在这两地形成吃饹饹这种面食的习惯呢？

申焕彩说，其夫家祖上从山西迁入河北，将这一面食带入邢台宁晋县，这和饹饹面在晋冀鲁豫陕五省流行不谋而合。至今，两家饹饹面馆的荞麦都要专程到内蒙古等地采购。

“饹饹最早叫河漏。”袁建房家中保留有祖上传下来的一套饹饹床，木制表面已有包浆。“过去赶集或庙会时，都是现场支一口大锅，把饹饹床放上去，现场揉面现场加工，面条通过饹饹床上的孔漏到锅里。”

袁建房的手掌有着不同于常人的厚实。“我从十几岁跟着父亲做饹饹面，这是日复一日揉面的结果。”袁建房笑起来。

饹饹面制作讲究现做现吃，从揉面开始，就严格控制水温和水面粉配比，这关系到饹饹面的韧劲和口感。“和面要做到三光，面光、手光、盆光，一斤和好的面经饹饹床上一百多个眼挤压，流入滚开的沸水中。”

现在，饹饹制作已经半工业化，机器代替了人工，申焕彩经营的西关饹饹店，一次可制作百余人的食量。

饹饹面好吃，另一个关键是汤。几十年了，申焕彩每天早到店，与现做现吃的不同，汤底要提前准备，用老汤、中药材、肉进行数小时熬煮。“好汤头，汤鲜味正颜色清亮，要给饹饹面托底，还不能抢了面的风头。”申焕彩说，配几块肉，来一勺汤，漂亮地装碗，垫上豆芽等配菜装点，一碗饹饹面就能上桌。

#### 包罗万象的馅

2021年12月13日。10时40分，石家庄中山路306号石家庄饭店石饮红星包子已经上路了。

食客王元端着一屉热气腾腾的包子坐下，倒上一小碟醋。

“您吃的是早饭还是午饭？”面对记者的提问，王元笑笑，“午饭。来晚了老没座位。”

王元今年67岁。他说：“年轻时吃顿这家的包子是解馋，现在来吃，是回味。我住二环外，倒了两趟公交车才到这儿。一会儿走



红星包子。石饮红星饭店供图

保定驴肉火烧。河北日报记者 白云摄

的时候还得再打包两屉。”石饮红星包子是石家庄餐饮界的一块老招牌。1969年，石饮红星包子，是原红星饭店在天津“狗不理包子”的基础上经过反复试验和改进推出的。有趣的是，几十年过去了，社会飞速发展，石饮红星包子的三种馅料始终没变——猪肉大葱、虾仁三鲜、素馅。

其中最受欢迎的是猪肉大葱馅。朝向中山路的外卖窗口，寒风中，买包子的食客又排起了队，石饮红星经理刘庆海掀开帘子看看，“今天人不算多。夏天的时候，四五十号人排队是常有的事儿。”

2021年10月11日当天，石饮红星包子博物馆一天卖出了2000多个包子——可见石家庄人是多么爱吃包馅。

原籍河北高阳的文化名家齐如山曾在《华北民俗考》一书中总结：“山东发面所制的食品最多，河北省吃馅子的种类最多，山西省吃面条的种类最多，这是大家公认的。”

包馅，把肉或蔬菜作为馅料，添加葱姜蒜等各种辅料调制好后包裹进面皮中。北方人对包馅的热爱，源于这种食物省柴省料。而地貌种类齐全的河北大地孕育了丰富多样的食材，于是河北人所钟爱的包馅也就包罗万象，从沿海的鲅鱼、毛蚶到山地的蘑菇、野菜，经过家庭主厨的反复尝试，总能包裹进一张薄薄的面皮，或蒸或煮或烙或煎或烤。

包子受欢迎的关键，恰恰在于馅料。“虽然我们的馅没变，但我们的配料比有调整。以前大家缺肉，肉馅比例低，现在我们提高了瘦肉比例。”刘庆海介绍。

石饮红星包子的明档里，6位师傅正手脚麻利地包包子。她们面前放着几小盆馅料，馅泥润滑，绿色的葱花点缀其中。“馅料中，我们搭配了多种天然原料和小磨香油，蒸出来的包子才会清香不腻。”刘庆海说。

包包馅，石饮红星包子的另一个秘诀在于包。一个明档内两人擀皮，四人包，面团在擀皮师傅手上稍微一揉捏，再用擀面杖一压，三秒钟就好。包制师傅用特制的小铲铲一团馅，抹进面皮，左手托着旋转，右手反复提褶。“我们的包子一般14—16褶，最快的师傅2分钟一屉，也就是15个。”刘庆海介绍。

石饮红星包子有个特点，蒸熟后看起来特别像菊花，面白褶紧不漏油，得益于包的工艺。但石饮红星包子好吃的秘诀在发制面粉。“我们采用半发面工艺，这样做出来的包子皮筋道松软得刚刚好。”刘庆海说。

当包馅遇到馅——这两种河北人最喜欢也最擅长的面食形式时，则又碰撞出另外一种美食。

廊坊香河，当地人用面粉和馅料，烹制出另一种带馅美食——香河肉饼。和包子松软不同，香河肉饼皮薄如纸，颜色焦黄，外酥里嫩，纸样的面皮甚至能看清肉馅。

2021年11月19日，香河大张肉饼店。香河肉饼非物质文化遗产传承人张井林，把调好的肉馅抹到面饼上，俩手托着面饼飞速旋转，几乎没看清他是怎么操作的，远超过面饼尺寸的肉馅就已经被包裹进去。张井林娴熟地在“胖”了一圈的面团上摺摺、抻抻，又抽出擀面杖，左一下右一下，面团受压不断变薄变圆，直径达到50厘米时，张井林用擀面杖挑着一甩，面饼准确无误落到一旁的电饼铛里。

(下转第十版)

### 河北人文地理解读

### 饮食篇（下）

#### 【阅读提示】

一方水土养一方人。

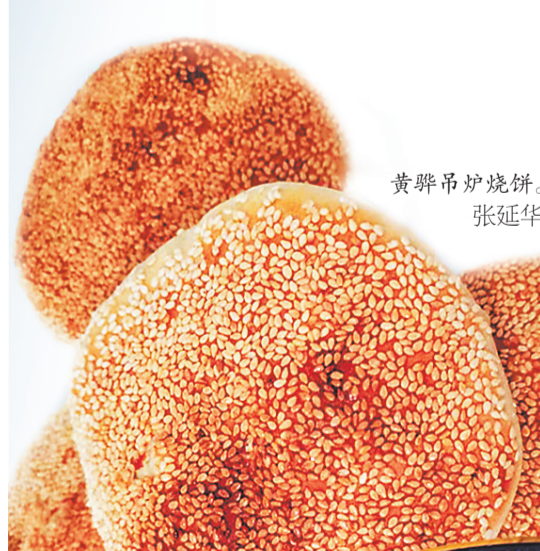
地貌种类齐全的河北大地，孕育了山珍海味、各式鲜蔬及多种主粮。

这些基础原料，在河北人的料理下，培育了朴素而平实的冀菜性格。形成了汇聚山珍野味、宫廷菜系，独具特色的冀东沿海菜系，以及广阔华北平原上的冀中南菜系和直隶官府菜系。

同时，河北还有种类繁多的特色面点、小吃：遍布全省的大饼、面条，家家户户必吃的馒头、饺子；唐山的饹饹、邯郸的豆沫、张家口的筱面以及那一碗热乎乎的大锅菜。

刊名题字/韩羽

黄骅吊炉烧饼。张延华摄



无极饹饹面。河北日报记者 白云摄