



千萬別和寶雞人說“涼皮”！

“你可千萬別在寶雞說來碗涼皮哈！”

攝影師“陳倉識火”如是說。因為在寶雞的麵皮店裡，根本沒有“涼皮”一說，西府人眼裡的天下“涼皮”四大派，估計是岐山擀麵皮、西府醋粉、蒸麵皮和烙麵皮，頗有一種“天下涼皮入吾碗中”的自豪感。

西北涼皮，起源看陝西，而陝西涼皮界的王者，就是西府寶雞。畢竟這裡“官宣”的十三種地方小吃中，就有五種不同類型的“涼皮”——

西府醋粉口感奇絕、酸中帶辣，竟然是用釀醋剩下的醋糟混合麥麵製成的；大火蒸制，口感綿軟的蒸麵皮，入口像是“碗中有朵麵做的雲”；柔火烙烤，風味獨特烙麵皮，散發著小麥烤制後的成熟香氣；如果加上噴香的肉汁臘肉，就成了麵皮 PLUS 版——燒肉麵皮。

但寶雞人最愛的，還是發源自岐山的擀麵皮。

岐山擀麵皮，作為陝西麵皮四大花旦之一，首先名字就顯得與眾不同，一

個“擀”字展現出它的做法和特點——相比其他地方將麵或米漿調和成糊狀，放到蒸籠裡蒸；擀麵皮是先成麵，然後再蒸，蒸前要用擀麵杖壓成長橢圓形，因而口感偏硬偏韌，更加筋道。

寶雞人吃擀麵皮，已經到了“從心所欲”的境界。簡簡單單三樣配料：鹽水、純糧釀造的岐山香醋、秦椒麵製成的油潑辣子，鹹鮮酸辣，唇齒留勁；再配上洗麵留下的纖維煮成形成似雞肉的麵筋，飽吸了調料汁水，很多人吃麵皮，就是為了這口麵筋。

更狠的吃法，則是“主食+主食”的麵皮夾饅組合——剛烙好還燙手的夾饅，口感還帶著脆，夾入筋道的麵皮，一股腦塞入調料，味道絕不比肉夾饅差！吃的過程中湯料滲出夾饅，把餅皮軟化，形成一種“軟硬兼施”的狀態，盡顯陝西“主食大省”的風範。

配著擀麵皮吃的食物就更多了，最常見的是甑糕膠糟或雞蛋膠糟，酸辣的麵皮與酒香味的膠糟相得益彰；或是蒸碗豆花、來碗豆麵糊，甚至早餐配一個菜盒，都算是西府人的常規操作了。涼皮放麻醬？北京人狂喜！

涼皮、米皮、麵皮……誰是陝西涼皮江湖第一大派？



“你看咱們到哪站了？”

“麵皮！”

“瓜皮，那是西安！”

外地人到西安，出火車站仰頭一望，在那人群之上、大明宮之前、火車站之巔、長安城的夜幕之中，明晃晃地高懸著兩個紅字白邊的大字——麵皮。

說是麵皮，實際上西安人叫“涼皮”更多，反而是寶雞人統稱“麵皮”，漢中則有米做的“熱麵皮”。作為一種極具包容性的小吃，它打破了地域和流派限制，在陝西境內從北吃到南，外形有薄有厚，原料有米有麵，吃法有涼有熱，風味各有千秋。

一方面麵皮是陝西人共同的味覺記憶，是“三秦套餐”中的C位，占西府小吃的“半壁江山”，是漢中人溫熱的鄉愁……每一種涼皮，都有當地居民“一方水土養一方人”的情結。

另一方面麵皮又是頗具爭議的食物，在“陝西涼皮江湖”中，最廣為人知的有四大流派——西安麻醬涼皮、秦鎮米皮、漢中麵皮以及岐山擀麵皮，論風味，怕是誰也不服誰。

作為一省之省會、十三朝古都，西安對於涼皮的包容性極強——涼皮界四大“當家花旦”在西安城中都隨處可見，然而論及起源於西安城的涼皮，最具代表性的就是麻醬涼皮。

麻醬涼皮，有時也稱為“釀皮”，有說法是認為西北方言裡的“涼”和“釀”讀音近似。在陝西農村，用小麥麵蒸的涼皮一般叫釀皮，吃法和做法跟米皮麵皮大同小異。但在西安回坊中，除了放醋、鹽、油潑辣子外，還要放芝麻醬，於是便把回坊的這種涼皮叫做麻醬涼皮。

釀皮的特色，在於不洗麵筋——大多數涼皮的制法，都是用和好的麵團，在水裡洗（rua）麵，洗掉的澱粉即是涼皮的原料，而瘦身後變黏乎的膠狀麵團，便是剩下的麵筋蛋白（生麵筋）。減少rua麵的次數，製成的涼皮肥厚、味足，更有種小麥的香氣。

麻醬涼皮的靈魂在芝麻醬，就像是北京人鍾情的“麻醬涼麵”，麵只是填飽餓腸的附屬，麻醬才是撫平味蕾的核心。北京的芝麻醬勝在純粹，淺咖色、帶苦味、小磨香油，像是故宮那麼厚重；西安的麻醬涼皮則包容，十幾味調料為麻醬增香，如同長安城一樣鮮活。

一份地道的麻醬涼皮，麻醬量足濃郁、釀皮軟糯爽滑、油鹽醬醋調味恰到好处，不少人甚至吃涼皮，連湯汁也一飲而盡，再搭上一份臘牛肉夾饅，蘸一下碗底殘留的麻醬，酥脆和醇厚、肉香和麥香、臘汁和麻醬，都在這一刻交織纏繞。

米皮，是飲食界的“秦嶺”——它

憑一己之力聯結南北，以米為原料，以麵為形態，解決了“南米北麵”的爭端。最知名的兩種“米制涼皮”，當屬秦嶺北麓的秦鎮米皮，和秦嶺南坡的漢中麵皮。

秦鎮的皮子繞長安

“乾州的鍋盔岐山的麵，秦鎮的皮子繞長安”，上乘的秦鎮米皮，猶如一張光潔的宣紙，以“白、薄、光、軟、筋、香”而著稱。

淘米如同大浪淘沙，把和米淘淨後浸泡30分鐘，撈出再放置10小時左右，用石碾碾成麵粉狀，做米漿的訣竅就是慢，徐徐加水攪成米漿；蒸米皮如同製作宣紙，小心抹平、旺火蒸熟，每一張都要輕輕抹一層菜油；切米皮則如快刀斬麻，有專門的刀和刀法——長近1米的大鋤刀一定要用巧勁，刀起刀落，整整齊齊。

秦鎮米皮的佐料更是講究，不放醬油、少放醋，嫩豆芽、小芹菜，開水鍋裡焯一下，最後好不好吃，關鍵要看辣子了！先用十幾種配料做成香料，將辣椒用小火焙出香味，以五斤油，一斤辣椒的比例，將油分3次倒入辣椒，最後還不忘用醋來激香和白糖潤色，這樣酸味醇香又紅潤厚重的油潑辣子才算大功告成。

蘸辣椒油的時候，要拎一小撮涼皮放進辣椒碗裡去蘸，調好後白中透著紅，紅裡透著香，薄而細，筋而柔，軟而嫩，爽而涼。再加上秦鎮的一口香小油糕和一碗稀飯，就成了秦鎮特色版的“三秦套餐”。

“南米北麵”的集大成者

在漢中，無論是米糊蒸的米皮，還是薯類、蕨類的澱粉蒸的皮兒都一律叫麵皮。到了西安後，據說是為了區分和擀麵皮和秦鎮米皮的區別，才叫成漢中“熱米皮”。

相比於涼皮的“倔強”，用大米製成的漢中麵皮更加溫柔，充滿了南國風情。入口軟糯，不需要費力咀嚼，溫和的麵皮自然融化在唇齒之間，散發出迷人的稻香，每一口都是大寫的滿足。

標準的麵皮吃法，先切成幾段寬麵片子，用手一抄碼在墊有黃豆芽的碗裡，澆上鹽、醋、醬油和蒜汁及多達幾十種調味香料熬成調料水，最後再用大勺澆上滿滿的由幾十種調料配置成的秘制辣椒油，一碗紅彤彤、油亮亮，集光、滑、細、柔、韌、糯等諸多特點的麵皮就上桌了。

漢中人的早餐，往往就從一碗麵皮開始，最佳搭檔無疑是一碗菜豆腐。菜豆腐並非是“菜+豆腐”的簡單組合，而是用漿水代替鹵子製成的豆腐，口感微酸香濃，與麵皮的熱辣相得益彰。

當一碗熱氣騰騰，足有指寬的漢中麵皮端上來，下麵是黃瓜絲、黃豆芽、土豆絲、芹菜、菠菜等“底墊子”，上麵澆上十縣一區各不相同、每家每戶又獨門熬制的“油辣子”，搭配一碗濃香的菜豆腐，咬一根酥香的鍋貼。這樣一口熱辣又軟糯的麵皮，正是漢中人舌尖上的“溫柔鄉”。

對於陝西人來說，涼皮就像是一根玉帶，貫穿著巍峨秦嶺，連接起南北三秦，更是牽扯著每一位外地遊子的鄉思。

NAME

聖路易地區
314-991-3747 Fax:314-991-2554
分類廣告

服務業
房地產業
餐飲業
金融投資/保險業
旅遊/休閒業

美甲店請人
誠接電話，需英文流利，PT/FT均可
314-685-5866

房間出租
限單身女性，包水電、瓦斯、網路，在唐人街附近。
314-562-6997

冷暖氣安裝維修
314-757-7032
李宏亮

招聘居家手工兼職
主要是製作串珠，手鏈，手串等。時間自由，送貨上門，薪資計件，多勞多得，適合居家寶媽。有意者諮詢電話或短信：
626-210-0127

招聘房屋看護（女士優先）
負責房屋整潔乾淨，澆水養護屋裡屋外綠植。定期檢查房屋設施和傢俱，及時報告任何損壞或需要維修的地方，關好家裡的門窗水電，澆水養護屋裡屋外綠植，薪資按周計算，半個月結算一次。
314-274-9953
（電話未及時接請短信留言）

店于富人區招奶茶人員，包包子師傅。需報稅，全職兼職均可。另招店長
314-665-0783

茶葉包裝（居家）
負責分裝、稱重、貼標、封袋、打包。公司提供物料，送貨上門，成品回收，無需外出。要求細心負責，女性優先，按件計酬，時間靈活，可長期合作。
913-297-2225

Olive新開餐廳誠請企枱
請電314-541-2179
或至 8080 Olive Blvd申請

招聘老人陪伴
家裡有老人需要照顧，現在招一位年齡30歲到60歲的陪護，聯繫電話
314-310-2522

房間分租
包水、電、瓦斯，中國城，方便
314-239-1430

砍樹、修樹、家電、廢五金、垃圾清除、拆除工程
誠信可靠、經驗豐富、價錢公道，請電Michael
314-585-3035

房間分租
中國城、西郡Ballwin、大學城附近均有，包水、電、瓦斯、網路。
314-288-5933

考駕照/翻譯 服務
考駕照：多年的汽車培訓經驗，熟悉考駕照技術及規則。98%以上的學生第一次考試及格
翻譯：美國翻譯協會(ATA)會員，20多年的豐富翻譯經驗，精通國、粵、英、日語。會代你填各種申請表格，陪你到 移民局，社安局，法庭/律師樓，醫院 等地。
羅先生/教練314-210-7219

室內、室外、灰板牆及陽台油漆，免費估價，超過二十五年經驗。有執照與保險
314-954-6691

修樹、砍樹、除樹根、剪草、清庭院、鏟雪、高壓清洗、洗陽台、棚架與獨立車庫拆除。各式雜工。買房。
314-761-3145

Chuck of All Trades
內外工程，裝修，水電，陽台。工優價廉。Chuck
314-707-5239

殺蟲公司
密蘇里執照，蟑螂、跳蚤、螞蟥、老鼠、白蟻、蜜蜂、蜘蛛等。商業、住家
314-537-3347
Ken(僅說英文)

餐館誠徵
有經驗炒鍋、服務生、Busboy及送貨Delivery
314-239-1430

聖路易新聞
314-991-3747

新聞、廣告請洽
e-mail: ad-slcj@slcjmail.com
傳真 314-991-2554