

## 西北最低调的吃羊大省,到底有多豪迈?

秋风吹破玉门关,整个甘肃就飘起羊肉的香味。

长期以来,甘肃面食的名头盖过羊肉,以至于甘肃人善吃羊的事实经常被外地人忽略。实际上,地处黄土高原、内蒙古高原、青藏高原交汇地带的甘肃,是中国的五大牧区之一,从祁连山地到黄土高原,从河西走廊到甘南高原,羊群的身影随处可见。

西接新疆,东连陕西、宁夏,北有内蒙古,南临青海,每一位邻居都是“吃羊世家”的区位优势,再加上甘肃横跨东西1600多千米的巨长体形,足以使她兼收并蓄邻居们的“吃羊神功”,练就自己的“吃羊大法”。在吃羊这件事上,甘肃人素有“囊括宇内,并吞八荒”的豪迈气势。

**甘肃人有多少种“吃羊大法”?**

甘肃人口构成复杂,共有16个世居民族,羊肉是甘肃各地区、各民族最普遍的肉食,可以说统一了全省的审美。在长期的生活中,各地区、各民族总结经验,形成了自己独特的“吃羊心得”。

你要问“甘肃人到底有多爱吃羊?”我只能这么回答你:在甘肃,买上一只羊,从西走到东,这只羊大概就只剩一堆羊毛了。在这个过程中,你不仅能见识到甘肃人是如何从头到尾、从肉到骨、从内脏到骨髓吃掉一只羊,还能见识到烤、煎、蒸、煮、烩、焖、卤、炖、炒等各种“吃羊大法”。更让人拍案叫绝的是,甘肃人从不在面与羊肉之中做选择——他们有足够的智慧,让这两者在厨房里“握手言和”——当敦煌的胡羊焖饼、兰州的羊肉烩面片、庆阳的羊肉包子端上餐桌时,面有面的香,肉有肉的鲜,你就知道什么叫“合作双赢”了。在甘肃,吃起来“美滴很”、“攒劲滴很”,是对一只羊最高的赞誉。

**甘肃到底哪里的羊肉最好吃?**

无论是临夏的东乡羊,还是陇东的黑山羊,抑或靖远、环县的羊羔,放养一夏后都已膘肥肉美。千万不要问一个甘肃人“甘肃哪里羊肉最好吃”,因为你只能得到“哪里都好吃”的答案。

河西走廊地区,大概是整个甘肃“烹羊大法”最集中且繁多的地方。

敦煌八怪第一怪就是“敦煌味道碱草羊”。祁连山的雪水滋养了敦煌南边的肃北草原与阿塞克草原,也滋养了敦煌的盐碱地,敦煌的羊逛着戈壁风光,喝着雪山融水,吃着罗布麻、锁阳等中草药长大,不但肉质紧实,而且鲜美近无膻味。这种

羊,敦煌人吃了上千年,可谓“造诣颇深”。想吃煮的,一盘手抓肉端上来,还有羊肉汤、羊杂汤、羊肉粉汤、羊肉合汁可选;想吃炒的,炒羊肉、炒羊杂、炒羊肚,应有尽有;想吃焖的,你得先说清楚红焖还是黄焖,免得弄混了;要是想吃烤的,那选择可就海了去了:烤全羊、烤羊头、烤羊排、烤羊腿、烤羊蹄、烤肉串、烤羊腰……

敦煌往东,嘉峪关作为一座新兴城市,城里的每个人都是烧烤高手。烤羊肚、烤羊皮、烤羊肉似乎已经不能展现他们高超的技艺,于是连羊骨髓也一并挖出来烤掉。

嘉峪关人烧烤有两个秘诀,一个是烧烤摊旁的铁桶,桶里滚沸着羊油,烤串短暂预烤后伸进桶里一蘸,快速锁住肉质中的水分,接下来第二个秘诀便出场了——撒上秘制的调料,再烤一会儿,外焦里嫩飘着香,便不由得你不咽口水了。

出嘉峪关往东,在张掖山丹县吃一碗粉蒸羊肉,尝一尝外焦里嫩的铁板煎血肠,可以再尝一尝裕固族的孜然。孜然,就是脂裹肝。

裕固族是甘肃独有的民族,因此脂裹肝也是出了甘肃就再也尝不到的美味。羊肝、羊肺、羊心剁碎后,拌上各种香料,与炒面搅成馅,裹入羊油网中卷成卷,用白棉线缠好以防散开,蒸或煮熟后抽掉线,脂裹肝就做成了,吃的时候不蘸任何酱料,原汁原味,那叫一个美。

吃完张掖,过金昌直奔武威民勤县。民勤位于石羊河流域下游,西南角水草丰美,其余地域被腾格里沙漠和巴丹吉林沙漠包围,形成半封闭的内陆荒漠区。这种独特的地理环境极宜九尾羊(滩羊与杜泊羊杂交的一种羊)生长。

在民勤,有句话叫“九尾羊,白水煮,香天下”,涮着吃或者做手抓都是一绝,但民勤真正出名的则是烤羊腿。民勤的烤羊腿,由烤全羊演变而来,经过长期发展,集形、色、味、鲜于一身,外焦里嫩、干酥不腻,绝对的人间美味。

**黄土高原地区,吃的是肉的鲜**

河西走廊地区东边,就是黄土高原地区。逛过兰州正宁路的夜市,吃过兰州的羊肉,就可以继续往东,去吃甘肃人出门在外最心心念念的羊羔肉了。甘肃盛产羊羔肉的两个地方,分别是白银的靖远县和庆阳的环县。

靖远属黄河冲积盆地,境内水草丰美,母羊们日食药草,夜饮矿泉,碱性的水草喂的母滩羊将小羊奶一个月

到一个半月的时候,就被靖远人送进了厨房。

这种小羊羔,肌肉纤维细,吃起来鲜嫩异常。靖远有句“世上四大香”的顺口溜,其中之一便是“羊的胸叉”,胸叉就是肋条,肥瘦相间,无论爆炒、黄焖还是清蒸,都可以抢去半个甘肃羊肉的风头。

同样以羊羔肉出名的环县,用的也是滩羊。不同于靖远,环县的羊羔以清炖和清蒸为主。

选好羊羔之后,开膛破肚,除去内脏蹄脚,切成小块,浸泡洗净后,用胡麻油或菜籽油加干辣椒爆炒,再加入生姜、花椒、胡椒粉、食盐炖煮,出锅后撒上香菜、小葱末,就是庆阳人最喜欢的清汤羊肉。而蒸熟的羊羔肉,无需其他调料画蛇添足,只需一点过油葱花和味精、盐拌食,就足以让人体味到什么叫“味倾天下”。

甘肃的黄土高原地区,还有一种叫羊肉囫囵的美食,是定西岷县才有的独特风味。这个名字读起来叫人有些摸不着头脑,但见到实物就明白了:哦,原来是羊肉羹。

带骨髓的羊骨熬成原汤,羊肉切片掺入上等粳米,文火熬至糊状后调以胡椒,天气冷的时候喝上一碗,辣乎乎,鲜香香,永远是岷县人抵御寒冷和孤独的心头好。

**甘南高原地区,吃的是肉的香**

说起手抓,想起临夏。这是甘肃“吃羊界”的一句密语。

临夏位于青藏高原和黄土高原交界处,山大沟深,干旱少雨,却养出了膘肥肉嫩的东乡羊。这种圈养的羊,用当地人的话来说,拥有“黄金肥瘦比”,肉质细嫩、口味醇香,清水里边煮一煮,就是一盘上好的手抓羊肉,配上柔滑劲道的河沿面片,端的是鲜美无比,越吃越馋。

临夏再往南,甘南高原上的藏民,在因海拔太高水温最高沸点只能达到80度的情况下,发明了一种独特的烹制羊肉方法:

将羊肉放入羊肚中,加入香料后,把烧热的石头塞进羊肚封口。在多块石头的作用下,羊肚内部温度可达200多摄氏度,像高压锅一样,碰到石头的羊肉焦香四溢、软烂浓郁又不失鲜美。这就是让人垂涎又叫绝的“道合”。

作为甘肃人菜单上最受欢迎的肉类之一,羊肉已经完全驯服了甘肃人的胃口。天气转凉时,一定要去一趟甘肃,那里景色正好,羊肉正香。

来源:中国国家地理地道风物

