

“粉超”今日开幕 94支队伍明日开战

千里赴桂 同台竞“味”

□本报记者 刘琪

桂林的春日，有山水灵秀，也有山歌悠扬。今年“三月三”假期，一场前所未有的味觉盛宴——“潮动三月三·桂林首届米粉超级联赛”（简称“粉超”）将在桂林拉开帷幕。活动以“粉聚桂林·香飘世界”为主题，共吸引94支队伍踊跃参加专业赛，同台竞“味”。专业赛将于4月18日至19日在甲天下会展中心主舞台举行。这不仅是一场米粉技艺的切磋较量，更是中国米粉文化的深度交流与对话。本报记者提前梳理了部分参赛商家及招牌美味，带你提前“嗦”遍全国风味。

跨域而来，传味八方

此次“粉超”吸引了四川、海南、贵州、陕西、湖南、江西、广东等多个省份的知名米粉品牌参赛。他们带着各自地域的饮食基因与匠心工艺前来赴约，每一碗米粉都藏着当地的风土人情与味觉密码，将为这场盛宴注入多元活力。

● 绵阳涪香缘

绵阳米粉拥有1800多年历史，以“细、软、鲜、香”著称。来自四川绵阳的涪香缘米粉，由“中国烹饪大师”杜开洪亲传弟子谢小军坐镇，传统手艺与专业研发相结合，将绵阳米粉的特点发挥到极致。红烧牛肉、肥肠等浇头种类丰富，辣中带麻，麻中有香，每一口都是蜀地风情的浓缩。

● 三亚金鸡岭千盛海南美食馆

这家老字号始终坚守“专注海南腌粉”的初心，坚持现做现卖。此次“粉超”带来多款产品：经典海南粉细滑柔韧，一口解锁琼味灵魂；文昌抱罗粉粉身略粗，软韧筋道；万宁后安粉以猪骨、粉肠慢熬四小时以上的汤底为精髓；更有被誉为“海南冬阴功”的糟粕醋海鲜粉，酸辣开胃。

● 贵州花溪牛肉粉

发源于贵阳市花溪区，选用上等牛肉、精制米粉，配以多髓牛骨和多种香料，慢火熬成鲜浓原汤。汤色清亮，入口醇厚，米粉爽滑，牛肉醇香，再加上开胃的酸莲花白和贵州特有的香辣辣椒面，一碗下肚，浑身舒坦。

● 汉中天汉景逸酒店

陕西汉中米粉，将秦巴山区名贵特产天麻切片，完整融入传统米粉中，搭配汉中传统的浆水和卤牛肉，实现了“药食同源”与“地域传统风味”的巧妙结合。天麻清甘、浆水酸香、牛骨汤鲜醇、牛肉肉香四溢，层次丰富，口感协调。此外，汉中热米皮也同步亮相，坚持古法石磨磨浆，薄、光、软、筋、香俱全。

● 常德壹德壹

在湖南常德，壹德壹是一个响当当的名字。成立于2003年，目前拥有技术人员400多人，经营粉面、卤菜、炒菜等近200个品类，营业时间从早上6点到凌晨2点。核心产品红烧牛肉粉，汤红油亮，牛肉酥烂，米粉吸足汤汁精华，嗦一口，满嘴生香。

● 衡阳彭记

彭记始创于2016年，以一碗地道卤粉为核心，辅以多样特色卤味，短短几年便发展出50多家实体店。选用衡阳本地鲜粉，搭配数十种草本香料慢火熬制的秘制卤汁，鲜、香、卤、爽，标志性口感令人一吃难忘。

● 衡阳李氏紫竹林

在衡阳，提到卤粉，第一个想到的就是紫竹林。创始人李氏在一次偶遇中结识了一位桂林友人，学会了桂林卤粉的制作手艺，但他并未止步，而是结合衡阳人的口味对卤水进行大量改良，于1995年形成秘制卤水，取名“紫竹林”。两代人几十年不间断，只为熬制一锅好卤水。很多衡阳人从小吃到大，从外地归来的第一件事就是到紫竹林嗦一碗粉。

● 衡阳322猪肉米粉铺

2020年始创于衡阳322国道旁，品牌以“一日一更，新鲜现做不隔夜”为信条。取正宗衡阳渣江米粉，纯米浆为主料，配以每天现杀的猪前、后腿肉，手工剁碎后放入土灶煮制。柴火为源，原汤为魂，这碗碎肉米粉肉香浓郁、米香纯正，凭借“只为一碗老衡阳的味道”的理念备受青睐。

● 江西周真真

周真真源自江西南昌，由周文、杨真夫妻联合创立。从负债困境中的一家小吃店起步，凭借口味正宗、用料扎实的特色拌粉迅速走红。坚持“南昌味、真匠心”，新鲜现做，当日销毁剩余食材。拌粉酱香浓郁，粉条弹牙，配以花生、萝卜干、辣椒油，简单却直击灵魂。

● 鹤山山顶沙河粉

广东江门鹤山是著名侨乡，山顶沙河粉便发源于此。坚持传统工艺，米浆现磨，粉皮薄而透光，口感柔韧爽滑。搭配秘制油渣和传统酱料爆炒成干炒牛河，清淡中见真味，简约而不简单。

作为中国米粉文化的重要发源地之一，广西本土米粉品牌当仁不让——桂林米粉领衔，柳州、全州、兴安等八桂各地特色米粉齐聚，既有坚守传统的老字号，也有大胆创新的新势力。桂林米粉早已名扬天下，而广西各地也孕育出百花齐放的米粉风味，一碗碗地道“桂味”诉说着本土米粉的传承与发展。

● 花桥荣记

通过多年技术研发，采用古法传统工艺，将大米发酵并研磨成末，再用智能设备在门店现场压榨成新鲜米粉，成功解决了桂林鲜米粉保质期短、难以远距离运输的难题。店内的小碗马肉粉是最受市民游客欢迎的品种。米粉软糯爽滑，配以卤制马肉，热汤浇下，马肉香与米香交融升腾，入口温润醇厚。

● 促成酒店

促成酒店是兴安县的老字号，创始人沈鸿是沈氏“担担米粉”第三代传承人，1984年正式接过父亲的担子。2007年成立促成酒店，把一碗担担米粉做成了兴安的金字招牌，曾获“四星桂林米粉店”“广西最具特色米粉企业”等荣誉。从2009年到2016年，历时8年研发出“卤水包”和“素粉包”，成功解决卤水米粉的运输问题，伴手礼年销售额超过120万元。

● 阳朔谢大姐

阳朔啤酒鱼早已是桂林旅游的美食名片，谢大姐正是阳朔啤酒鱼的非物质文化遗产代表性传承人，1993年从一个大排档夜市摊起步，33年后已发展成为拥有两家酒店和7家分店的餐饮企业。谢大姐大胆创新，将阳朔啤酒鱼与桂林米粉结合，纯啤煎焖的啤酒鱼，鱼肉鲜嫩，番茄酱汁浓郁，浇在爽滑的桂林米粉上，鱼香与米香交织，既有阳朔山水的豪迈，又有桂林米粉的细腻。

● 柳州螺霸王

成立于2015年的螺霸王，已从一家小企业发展成为远销70多个国家和地区的国际化品牌，螺霸王出口额连续6年第一，全国6年累计线下销量第一，拥有国家专利23项。螺霸王螺霸王，酸笋味浓郁、螺汤鲜辣、腐竹酥脆、米粉爽滑，一碗下肚，鲜香酸辣，让人欲罢不能。

● 榕湖饭店

在桂林，有一家饭店的米粉不只是一道小吃，更是国宴菜单上的常客，它就是榕湖饭店的桂林米粉。米粉的灵魂在于卤水，榕湖饭店的米粉在传统卤水中加入罗汉果，吃后生津回甘，陈皮、丁香、八角、小茴香等传统香料搭配牛骨或猪骨、三花酒、豆腐乳、冰糖制卤，从配比、下料先后到火候都极为讲究。

● 老盐街桂林米粉

老盐街米粉的形象店位于桂林万福广场，其产品及店铺形象还原了清末民初桂林城的桂北建筑风格，以历史文化为根基，再现当年盐街的担子米粉。卤水采用非遗技艺制作，浓香四溢，淋到新爽口的米粉上，再配上下酥里香的锅烧、酥脆黄豆、咸香酸脆的豆角酸笋，一口下去仿佛穿越回了百年前的桂林街头。

● 勾味王餐饮

在桂林，勾味王餐饮已经深耕36年，见证了桂林味道的发展与变迁。此次“粉超”他们大胆创新，准备将Q弹的桂林米粉融入浓郁鲜美的八宝菌汤中，运用桂林地方特色食材腐竹、马蹄、白果，做出一碗素而不淡、越嗦越香的八宝斋粉。

● 江和盛宴

2016年，江和盛宴创始人、中国烹饪大师、河豚烹制非物质文化遗产代表性传承人黄玉和将河豚引入桂林，成为桂林首家专业河豚料理店，开业当年便实现月销千条，如今河豚年销量突破10万条。此次“粉超”，他们将鲜美的河豚肉与爽滑的桂林米粉结合，汤底浓郁，肉质细嫩，既能保留河豚的高端食材属性，又融入桂林米粉的日常烟火气。

● 全州米兰香

全州是红油米粉的故乡。桂林全州米兰香食品有限公司专注米粉生产19年，年加工干米粉2万吨，是广西农业产业化重点龙头企业，产品畅销海内外。公司拳头产品全州红油米粉，红油浓郁，米粉筋道，汤底用猪骨、黄豆慢熬而成，浇上一勺红亮亮的辣椒油，一口下去辣中带香。

● 桂林秦皇福

扎根兴安的米粉全产业链企业，拥有2万多平方米的生产基地和每年3.5亿元的设计产值。此次“粉超”，他们派出国家级乡村工匠名师苏爱琼和兴安县米粉制作技艺非物质文化遗产代表性传承人蒋金洪，带来传统技艺制作的黄豆酱米粉和极具创新的羽衣甘蓝米粉，让大家看到兴安千年米粉文化的现代演绎。

● 资源屏风阿秀米粉

资源屏风阿秀米粉是当地极具人气的特色米粉店。选用资源本地优质籼米制成米粉，粉条爽滑柔韧。卤粉搭配桂北山区风味的秘制卤水，鲜香醇厚，佐以本地酸豆角、车田辣椒等特色小料，酸辣开胃。汤粉则采用高山黑猪肉末，配以熬制的猪骨汤，鲜香浓郁，既有桂林米粉的骨架，又有资源山乡的灵魂。

以粉为媒，以味会友。在桂林，一碗米粉不仅是产业，更是一种生活态度——不紧不慢，热气腾腾。这个“三月三”来桂林，不只听山歌婉转，更要“嗦”遍全国米粉。我们在甲天下会展中心，与你不见不散。

（本版图片均由商家提供）

▼桂林米粉

▼贵州花溪牛肉粉

▲常德红烧牛肉粉

▲海南糟粕醋海鲜粉

►衡阳李氏紫竹林卤粉

▼河豚粉

►绵阳米粉

半勺卤 倾城香

——解读桂林米粉卤水中的文化密码

□本报记者 韦莎妮娜

一座城有一座城的滋味，米粉便是桂林的滋味。而半勺卤水正是这碗粉的点睛之笔。

在桂林，清晨是从“嗦粉”开始的。街头巷尾，9000多家桂林米粉店准时开门迎客，是这座城市最生动的人间烟火。食客们或站或坐，大口嗦粉，酣畅淋漓。

真正让这碗粉从“饱腹之物”升华为“人间至味”的，正是那看似不起眼却暗藏乾坤的半勺卤水。

从“治病之汤”到“点睛之笔”

关于桂林米粉的卤水，流传最广的传说是两千多年前，秦始皇率北方将士南下，他们来到岭南后出现了水土不服、食欲不振的现象。军中厨子以大米制成“米面”，当地医者则用八角、桂皮、罗汉果等草药熬成汤药，嘱将士拌粉而食。说来

神奇，吃完后大家的不适感竟消散了。

传说也许经不起历史考证，但它道出了一个事实：卤水的前身，其实是集诸多植物精华的“药”。卤水的出现，也正是古代劳动人民细心观察并善用自然资源的智慧体现。

如今，古老的传说已在时光里泛黄，但卤水却在岁月的沉淀中愈发醇厚。地道的桂林米粉卤水，用料极其讲究，八角、桂皮、丁香、草果、沙姜、罗汉果……几十种天然香料，配以猪骨、牛骨，投入大铁锅，注入水，文火慢熬。

熬制卤水是一件极其需要耐心的事。只有用文火慢熬，香料与骨头的精华才能慢慢释放。

熬煮好后的卤水，必须静置发酵。在发酵的过程中，香辛料中生涩的苦味会一点点褪去，渐渐沉淀出圆润、醇厚、层次分明的香味。

这正是桂林米粉卤水最独特的地方。靠人工“调”出来的卤水，毫无层次，入口便知。靠时间“养”出来的卤水，会随着每一次的添新料、加老汤而呈现出醇厚、绵长的滋味。

龙付孙是“明桂米粉”的掌舵人，也是国家级非物质文化遗产代表性传承人。1983年，为了学熬卤水，他徒手称量26种香辛料，手抓肿了，3个月没睡过一个囫圇觉。这份近乎疯狂的执着和匠人之心，成就了香醇亮泽、挂壁浓郁的卤水，一碗又一碗美味的桂林米粉赢得了食客们的心。

如今，龙付孙的粉店开了上百家连锁店，建起了供应全国上千家店的中央工厂，但他依然坚持古法慢熬。龙付孙说：“科技再发达，卤水古法不能丢，那是记忆里的味道。”

好卤水有千般风味

桂林米粉堂食店9000余家，米粉的工艺大同小异，但口味却有千秋。偏甜的、偏咸的、偏酸的、偏淡的，有的清爽回甘，有的醇厚浓郁，秘密就藏在那看似不起眼的卤水里。卤水就像一位魔法师，仅仅小半勺，就能赋予米粉千变万化的滋味。它又像一位高超的平衡大师——不张

扬，却稳稳托住米粉的筋骨，收拢锅烧的脆、牛肉的韧、酸豆角的酸、花生的香。没有卤水的桂林米粉，只是一碗普通通通的米制品；有了卤水，味蕾瞬间被激活，在舌尖达成奇妙的和谐。

不同卤水带来了不一样的米粉口感。但无论是温和绵长，还是浓烈张扬，都有喜欢它们的受众。许多人会为了这一点微妙的不同，成为某一家米粉店的忠实拥趸。

早晨，一碗卤菜粉开启元气满满的一天；中午，用牛腩粉犒劳忙碌的胃；晚上，再来一碗清淡的三鲜粉收尾。桂林人的一日三餐可以都是米粉。百吃不腻的背后，正是卤水的细微变化带来的新鲜感。

从“治病之汤”到“点睛之笔”，在慢慢熬煮中，卤水的滋味浸透了桂林人的每一个寻常日子，也成为了一代代桂林人舌尖上忘不掉的绵延悠长。

卤水里的城市性格

“一方水土养一方人”“吃什么就是什么”食

物最能够反映一座城市的性格。又麻又辣的火锅，是重庆人的直率、侠气的性格速写；精致美味的早茶，是广东人闲适、开放的性格写照，一盅两件里喝出的是对生活的热爱。

一碗加了卤水的桂林米粉，也像极了这座山水之城的气质：包容、调和、内敛、温润、回味无穷。熬一锅好卤水，不能急火，不能取巧，备好所有的料后，剩下的都交给时间。在速食文化盛行的今天，一锅愿意花上近百个小时慢慢养成的卤水，本身就是对“快”的抵抗，对“慢”的致敬。这一份气定神闲是桂林人对自己美食文化的自信，也是对看似不起眼的“细微之物”的较真劲儿。

而卤水自带的调和属性，像极了桂林这座城市的开放与包容。两千多年来，桂林敞开怀抱，迎接南来北往的游人，也不断汲取着各地的文化精华。如此，才成就了一个人向往的山水仙境、人文胜地。

2021年，桂林米粉制作技艺入选国家级非物质文化遗产代表性项目名录。作为灵魂的卤水，自然也受到了前所未有的关注。桂林市也对传统卤水配方进行了记录、保护，同时鼓励年轻一代匠人在坚守古法的基础上适度创新。

不忘传统滋味，创新适应时代。在半勺卤、一碗粉中，无数人读懂了桂林，也爱上了桂林。