

寻访乡村老手艺之十一

黄沙河镇全州十大碗：

南来北往美食汇聚 十种佳肴承载乡村滋味

全州十大碗，是在外闯荡的全州游子魂牵梦萦的家乡味。全州十大碗恰如其名，是由十道菜组成的一桌宴席，这十道菜汇聚了全州各乡镇的美食精华。在全州民间，精通十大碗烹饪的厨师颇受人敬重，每逢村里有喜事寿宴，总要专程请他们前来坐镇。

近年来，随着越来越多的游客来到全州体验乡镇特色文化，全州十大碗也收获了不少游客的喜爱，这份老手艺也焕发出了别样的时代光彩。

■ 老手艺简介

全州十大碗是广西桂林全州县的传统宴席习俗，它由十道乡镇特色菜肴组成，分别为团圆肘子、洮阳蒸鸡、文桥醋血鸭、五香金丝、香芋扣肉、天湖牛肉、肝胆相照、东山腊肉、紫苏苦瓜酿、禾花鱼。

全州十大碗既是全州人招待贵宾的必备，也是全州各乡镇餐饮文化的缩影，是全州人共同的文化记忆。在2023年，全州十大碗入选第九批自治区级非物质文化遗产代表性项目名录。

乡野寻艺：

十大碗汇聚各乡镇的特色

全州位于桂林北部，既地处湘桂走廊，又属长江流域洞庭湖水系，被湘江贯穿，境内还拥有以湘桂古道为核心的多条古道线路，自古以来都是军兵、官吏、商贾等人口迁徙、流通之地。全州县非物质文化遗产传承保护中心工作人员告诉记者：“全州的菜肴追根溯源，有不少黄河、长江流域地方饮食习惯的影子，这也是全州菜在桂林独树一帜的原因。”

4月9日上午，记者来到全州县城，见到了自治区级非物质文化遗产代表性项目全州十大碗习俗代表性传承人蒋小美。

记者跟随蒋小美进了饭店的后厨，听她指导学徒全州十大碗的烹饪技巧，讲到要点时，她会上手示范，掌刀颠锅干净利落。

蒋小美说，全州十大碗素来是全州民间的宴席菜式，过去各乡镇风俗有别，个别菜品在不同地方稍有不同。2000年以后，逐渐形成了现在这样相对统一的样式。

“团圆肘子是十大碗的‘第一碗’。”蒋小美说，肘子在十大碗中被称为“坐锅菜”，不仅要靠分量“坐镇”餐桌中心，用

↓蒋小美（右）正在指导徒弟制作全州十大碗。



的碗要比其他菜肴大，还是宴席流程的“开席信号”。

制作这道菜时，清理好的肘子先用筷子扎出孔洞，再用草绳捆绑定型，放进锅里小火炖煮至软烂。出锅时，肘子被卤成了酱红色，用筷子轻轻一划，肘子可以分成小块，用肘子皮包裹着肉一起送入口中，肉香四溢，让人格外满足。

“第二碗”与“第三碗”分别是洮阳蒸鸡和文桥醋血鸭。

洮阳是永岁镇的古称，是宋代桂北地区重要的陶瓷生产基地，洮阳蒸鸡就是用腌制好的整鸡放上当地的土陶碗蒸制而成。而文桥镇作为全州风雨桥最多的“桥乡”，养殖鸭子有两千多年历史，最具代表性的小脚麻鸭更是被评为全国农产品地理标志产品。全州素来有“下九里的鸭子，上八里的鸡”的说法，说的就是如今文桥镇的鸭子和永岁镇的鸡。

“第四碗”五香金丝，主料是历史上曾被选为宫廷贡品的全州五香豆腐干；“第五碗”香芋扣肉，用的是安和镇的安和香芋；“第六碗”天湖牛肉，用的是放养在才湾镇天湖水库山区的黄牛肉；“第七碗”肝胆相照，用的是全州当地特色腊制品胆肝；“第八碗”东山腊肉，用的是东山瑶族乡国家农产品地理标志登记保护的东山猪；“第九碗”紫苏苦瓜酿，用的是凤凰镇的苦瓜；“第十碗”禾花鱼，则是有“秋入清湘饱盐鼓，禾花落尽鲤鱼肥”美称的全州禾花鱼。

“可以说，全州十大碗的每道菜都有全州各乡镇的特色。”蒋小美说。

拍卖公告

受委托，本公司定于2025年4月25日10:30在全州县公共资源交易中心3号开标厅按现状整体拍卖煤矸石一批（存放于全州才湾镇），约63036m³，参考价174万元。

有意者请与我司联系。参拍者请于2025年4月24日17:00前交纳竞买保证金20万元至下述账户，并持有效身份证件到全州县公共资源交易中心办理竞买报名手续。看样、报名时间：4月23、24日。

户名：全州县公共资源交易中心
账号：6132 8043 9195
开户行：中国银行全州支行营业部

联系电话：8991866

桂林华泰拍卖有限公司
2025年4月18日

