

◀ 上接04版



↑草浆冷却后，就成了仙人豆腐。

↑熬煮仙人草。

●相传由仙人指点解饥民之困

带着好奇，记者来到阳朔县金宝乡，探寻这道美食的源头。

金宝乡党委委员熊晶介绍，仙人豆腐历史悠久，在金宝乡是尽人皆知的美食。2020年6月，仙人豆腐入选桂林市第六批市级非物质文化遗产代表性项目名录，成为极具特色的文化符号。

在熊晶带领下，记者来到仙人豆腐制作手艺人张义兵家中。张义兵是金宝乡长乐村人，多年钻研仙人豆腐制作技艺，如今在桂林黑山市场经营一家专卖店售卖仙人豆腐，并为市内多家甜品、奶茶店供货。去年8月，他代表金宝乡参加桂林市第二届中药(壮瑶药)药膳大赛，并凭借自制的仙人豆腐荣获团体优胜奖。

张义兵说，仙人豆腐最早起源于金宝乡山区。相传明末清初，兵荒马乱与连年天灾交织，百姓生活苦不堪言。就在人们饥肠辘辘、走投无路之际，有两位仙人化身斋客来到金宝乡。仙人心怀善意，指点村民利用一种生长在山上的草本植物制成形似水豆腐的食品，帮助大家渡过难关。村民们感激不已，便将这种神奇的植物命名为“仙人草”，把用它制作的食物称作“仙人豆腐”，而制作仙人豆腐的方法代代相传，延续至今。

在金宝乡的南峰寺中，如今依然供奉着两位斋客的牌位，成为这段充满温情与智慧传说的一部分。

●近5小时制作过程凝结不少心血

随后，张义兵热情地带着记者采摘仙人草、制作仙人豆腐。

张义兵在家附近种植有3亩仙人草，目前长势喜人。初见仙人草，记者发现它叶片翠绿，形态与薄荷有几分相似，凑近还能闻到一股清新淡雅的香气。张义兵介绍，1斤仙人草大概可以制作出7斤仙人豆腐。

采摘完毕后，张义兵挑起两担沉甸甸的仙人草，来到小河边，仔细清洗仙人草根部分附着的泥土，随后又挑回院内再洗一遍。

随后，他烧了一大锅水，水开后，放入仙人草熬煮，熬成浓郁的草汁。过滤后，再倒入食用碱水和米浆均匀调配、煮沸，待草浆呈黏稠状后，倒入容器冷却凝结。待草汁成型后，切割成整齐的小块，这仙人豆腐便制成了。

从采摘到制成，一套流程下来花费了近5个小时，每一个步骤都凝聚着传承人的心血与匠心，也让记者体会到，看似普通的仙人豆腐，承载着金宝乡的历史文化与代代相传的非遗技艺。

●除了是甜品还是佳肴

张义兵的父亲张忠良今年71岁，他回忆说，他小时候，在“双抢”时节，一家人既要忙着收割早稻，又要抢抓农时种植。一天辛苦劳作下来，在田埂边吃上一碗商家挑来卖的冰凉仙人豆腐，浑身的疲惫就被瞬间驱散，那清甜的滋味沁人心脾。“那时候，一碗仙人豆腐才一两毛钱，又美味又解暑，简直给个‘仙人’都不换。”

在张义兵的热情邀请下，记者品尝了他制作的仙人豆腐。刚入口，仙人豆腐嫩滑Q弹，其独特的草本回甘与清甜的糖水完美融合，再加入一点白醋，十分解暑。

张义兵介绍，在城里，仙人豆腐一直都是搭配糖水食用。但在金宝乡，仙人豆腐的食用方法其实有很多，不仅可以炒肉末，还能凉拌，也可以炖豆腐鱼。说着，张义兵现场炒制了一份仙人豆腐佳肴——热锅中，蒜末爆香，肉末与辣椒翻炒出红油，再倒入切成方块的仙人豆腐，加入少量酱油、盐等调味，轻轻颠勺，墨绿的豆腐裹上酱汁，变身“仙人豆腐炒肉末”。端上桌，金黄的肉末与墨绿的仙人豆腐相互映衬，香气扑鼻。尝上一口，炒制后的仙人豆腐口感醇厚，草本香与肉香交织出奇妙的层次感，与糖水搭配的清爽截然不同，别有一番风味。

仙人豆腐鱼更绝！把草鱼煎至金黄，铺一层切成薄片的仙人豆腐同炖，豆腐吸饱了鱼鲜，入口既有豆香又有鱼香。

凉拌仙人豆腐则是最简单最常见的吃法，将仙人豆腐切成小块，加上生抽、陈醋、辣椒、蒜米、葱花等拌好腌制半小时，就是十分清爽的凉菜。“现在黑山市场很多年轻人来买整块的半成品，我都会告诉他们不同的吃法，他们喜欢猎奇，那我们就把传统食材玩出花样。”张义兵说。

如今，仙人豆腐越来越受欢迎，金宝乡种植仙人草的农户也越来越多。每到圩日，小小的集镇就有近十家摊位售卖仙人豆腐，慕名前来购买的游客也越来越多。金宝乡党委委员熊晶表示，为进一步推广这一特色美食，金宝乡也在进行更多地尝试：一方面计划将仙人豆腐制作成类似龟苓膏的速食产品，进行品牌化包装，借助现代技术与电商平台销往全国各地；另一方面，借鉴金桔宴的成功经验，探索开发仙人豆腐主题宴席，通过丰富多样的菜品组合，打造特色美食文化名片，让仙人豆腐成为金宝乡一块亮眼的“金字招牌”。

记者刘琪 文/摄

↓仙人豆腐制作的菜肴。

