

2026年3月30日 星期一
编辑林扬/版式设计杨斯诗/校对莫明丽

用一碗粉 守一座城

——读懂桂林米粉的味蕾密码

在桂林，清晨是被一碗粉唤醒的。

当第一缕阳光穿过漓江薄雾，街头巷尾的米粉店已升腾起白茫茫的蒸汽。卤香、米香、酸豆角香交织弥漫，引得行人食指大动。据了解，桂林市区堂食店每天要消耗约50万碗米粉——这座城与一碗粉的痴恋，已绵延千年。

2010年，桂林米粉制作技艺入选第三批自治区级非遗代表性项目名录；2011年，桂林米粉成功注册“国家地理标志证明商标”；2021年，桂林米粉入选第五批国家级非物质文化遗产代表性项目名录；2024年，桂林米粉上榜第一批“桂林经典”名录。

一碗看似寻常的米粉，何以成为文化瑰宝？背后藏着米、水、卤的“三重密码”，以及那些传承人数十年如一日的坚守。



↑一碗地道的桂林卤菜粉，卤水香醇，锅烧酥脆。



↑龙付孙在挑选香料。
(受访者供图)

米、水、卤：一碗粉中的“三重密码”

一座城，一碗粉。在桂林，每位市民心里都有一张“米粉地图”。街头巷尾的米粉店，碗中热气的蒸腾如同这座城市的呼吸，从未间断。“老桂林”们从青年到白头，手里的搪瓷碗换成了不锈钢碗，但对那口卤香的眷恋从未改变。

多名桂林米粉制作技艺非遗传承人告诉记者，想要做好这一碗小小的粉，米、水、卤这“三重密码”一定要把控好。

虽然现在大部分米粉店的米粉都是由米粉厂提供，可要按照传统工艺制作地道的鲜湿米粉，须历经十几道工序：选米、浸泡、磨浆、滤水、发酵、揣团、微煮、舂打、压榨、定型、冒热、装碗、淋卤、辅料。

选米与发酵暗藏着玄机。要先选品质好的籼米倒入木桶，再将清甜的漓江水浇上去。米粒在水中慢慢舒展，浸泡8小时后，被送入石磨转动，乳白的米浆缓缓流出，稠得能挂住勺子。真正的玄机在后头：米浆装入布袋，吊在横梁上沥水，一夜之后变成湿粉团，再移入木桶静置48到72小时，若凑近桶口，能闻到一股淡淡的、似有若无的酸香，这样制作出的米粉弹韧不烂、久煮不糊。桂林市质检所的数据印证了这门老手艺：优质米粉pH值在6.2—6.5之间，蛋白质含量不低于3.5%。微妙的酸碱平衡，造就了“柔而不烂”的筋骨。

舂打与压榨也有门道。发酵好的粉团被捧出，投入沸水微煮片刻，表面刚刚凝固便捞起，甩进石臼。师傅抡起木槌，一下一下地舂，节奏沉稳，力度均匀。舂到粉团变得紧实、富有弹性，这才罢手。“力度和节奏要刚刚好，偷不得懒。”米粉师傅梁志强说。舂好的粉料塞入原木榨粉机，梁志强压上杠杆，全身力气往下沉，粉团从底部小孔被挤压而出，一根根白亮的粉条直接落入沸水锅里，翻滚两下便浮上来。

全套14道工序，一步不能少。老辈人传下一个说法：旧时桂林米粉做得好，从二楼悬下一根，拖到地上也不会断。如今这说法虽无从考证，但当你用筷子挑起一箸粉，看它在光线下晶莹剔透、颤巍巍不断，心里便信了七八分。最后的“冒热”更是考究：鲜米粉在85℃的热水里只焯10秒就捞出来，多一秒则软，少一秒则硬。

锅里的卤水咕嘟咕嘟冒着泡，猪骨、牛骨在汤中翻滚，11味药材、13种香料沉浮其间。桂林本地的罗汉果，掰开丢进去，去腥提香，还能添一丝回甘。火候到了，关火，还要自然发酵20个小时。这期间，卤水被反复密封、煮沸、冷却，香辛料里那点苦涩味一点点褪去，剩下的只有醇厚。

不同传承人各有各的心得：有人按四季调整香料，夏天少放几味上火的，冬天多加些温补的。但无论怎么调，最后那勺卤水倒进碗里，必须香醇亮泽、挂壁浓郁。一口下去，浓而不咸，鲜而不腻，舌尖上能品出二三十种香料的层层叠叠。

卤水是灵魂，配菜则是点睛之笔。脆皮锅烧是桂林米粉的“皇冠”——五花肉煮至半熟，入油锅炸到金黄，外皮酥脆得一碰就碎，内里却丰腴软糯，咬下去咔嚓一声，脂香四溢。卤牛肉纹理紧实，越嚼越香；酸笋和酸豆角带着发酵的微酸，恰好化解了肉脂的厚重；油炸黄豆和花生米撒上一把，香脆在齿间迸裂。最后加点绿色的葱花、香菜，淋一勺鲜红的辣椒油，一碗米粉端上来，色彩与风味同时绽放。

这就是桂林米粉的密码，三道关，关关都是手艺，关关都是时间。桂林米粉层次分明、回味悠长的味道，离不开一位位匠人在守艺之路上的坚守与创新，让更多的人尝到桂林“老味道”。

←酥脆的锅烧、香醇入味的卤牛肉是米粉的最佳配料。