

“老巷烟火繁华”系列报道 (23)

王明明古法砂锅居：砂锅为器 烹煮佳肴

我国传统的饮食文化博大精深，源远流长。其中，砂锅美食作为典型代表之一，集色、香、味以及食器文化于一体，一直以来深受人们的喜爱和追捧。

在我市开化寺，有一家王明古法砂锅居。多年来，老板王明执着于砂锅烹饪技艺的传承和发扬，带领团队不断钻研食补之法，改进秘制配方，形成了一套独特的砂锅烹饪技艺。因其菜品用料考究、做法独特，色香味美、营养丰富，开业多年来备受各方顾客青睐，至今由一家店发展为十余家连锁店。除第一家店外，皆命名为“王明明古法砂锅居”。

一日之晨，天朗气清。砂锅居的工作人员去菜场精选上五花肉，然后对其进行清洗、分切后，放入老汤锅中煮至七成熟，捞出切成大小均匀的肉片，等份称重后再放入砂锅，随即加入盐、葱、姜、大料和秘制底料等，倒入提前熬煮的秘制高汤，用大火煮沸，再转文火慢慢煨炖，直至汤汁鲜醇、肉质酥烂。

承古法的“养生餐”

说起王明明古法砂锅，不得不谈到帝尧之都临汾。临汾素以厚重的历史文化而闻名，同时也成就了饮食文化的非凡品质，浮山的“六六宴”“八碗菜”应运而生。千年之后，砂锅菜由此演变而来。就这样，一道独特的砂锅美食传承延续，以其独特的口味和制作工艺备受青睐，而这其中最著名的，当属浮山县非物质文化遗产——王明明古法砂锅。

“我们选用的都是当日的新鲜菜品，通常以白菜、豆腐、豆皮、纯手工红薯粉、鲜蘑菇、炸豆腐丸子等易吸收汤汁味道的食材为主，再根据不同菜品加以不同肉类。”王明向记者介绍，店内不设冷藏柜，当日食材当日炖，以保证“锅锅好菜顿顿鲜”。

在烹饪过程中，王明明古法砂锅有着严格的制作流程。先将新鲜的食材放入砂锅中，再加入提前熬制好的秘制高汤，猛火烧开后

小火炖煮，制作时长最多达5个小时，出锅前加入香菜、葱花提香，这样烹制出的砂锅菜肴口感层次丰富，鲜香顺滑，汤汁味道醇厚。

“饮食不仅要美味，还要保证营养丰富、易吸收。”王明说，古法砂锅的营养美味，不仅来自其独有的药食同源的秘制底料，还得益于耐高温的手工老砂锅。

“香遗土砂锅，是一种以石英、长石和黏土制成的陶器，除具有一股陶器的传热均匀、适合长时间炖煮入味、散热慢等特点，还富含多种矿物质，有利于水分子和食物相互渗透，从而使食物的鲜香成分溢出，煨出来的汤滋味特别鲜醇，食材的质地也更酥烂。”王明说，许多食材中含有丰富的抗氧化物质，例如维生素C、胡萝卜素以及多种酚类化合物等，而选用砂锅烹饪可以更好地保护食材中的抗氧化物质，这就是砂锅烹饪的养生功效。



精心烹制



津津有味



接地气的“待客菜”

一个砂锅一张饼。王明明古法砂锅的招牌主食——饅饅饼，也独具特色，成为每桌客人的必点菜品。

当热气腾腾、食材多样的砂锅被端上桌，汤汁咕嘟咕嘟地翻滚，呈现出诱人的色泽。与此同时，一旁切成三角状的饅饅饼散发出朴实的麦香，外表金黄酥脆，内里柔软绵实。

迫不及待地拿起一块，将其掰成小块，放入砂锅中浸泡片刻。饼子迅速吸收了砂锅汤汁的鲜美，变得饱满多汁。放入口中，先是饼子的酥脆与柔软交织的口感，接着便是砂锅汤汁的浓郁滋味在口腔中爆发开来。饼子的麦香与砂锅的鲜香完美融合，每一口都充满了满足感。

家住南仓巷的胡晋鑫是砂锅居的常客。多年来，他经常带着家人来店光顾，亲戚朋友从外地远道而来，他

会把“接风”宴安排在这里。“老砂锅的味道里有着我儿时的记忆，自己吃着舒服，待客也很有特色。”胡晋鑫说，食材在锅内的每一次翻滚，都像是在诉说着生活的故事，此时与好友同桌，热气袅袅升起，模糊了的是视线，温暖了的是彼此靠近的心。

火锅翻滚，热气腾腾。店里也不乏年轻顾客。刚参加工作的杨雯雯，周末下班后，驱车半个多小时，带着几位同事来到这里。“我要砂锅烩菜”“我要砂锅红烧肉”“给我来一份招牌番茄豆腐”……大家围坐，眼神里满是期待。随着不同口味的砂锅端上桌，这些年轻人迫不及待地拿起筷子。食物送入口中，满足的神情瞬间绽放，烫得直吹气，筷子却还是停不下来。他们一边品尝着美味，一边分享着彼此的趣事，欢声笑语不断。

连续荣登“必吃榜”

多年来，王明明古法砂锅居用心做好每一个砂锅，已由街巷小吃变为品牌名吃。其中，招牌砂锅烩菜每年卖出30余万份。2020年至2024年，王明明古法砂锅居连续5年荣登大众点评山西餐厅“必吃榜”，越来越多的人慕名而来，品尝这一古法美食。

王明也建立了自己的餐饮连锁品牌，目前全市直营门店超过10家，员工人数达到200余人。作为浮山古法砂锅传承人，王明不但继承延续了砂锅烹饪技艺，也一直注重传承人的培育和教授。“我希望自己能为砂锅技艺发扬光大作出努力。”王明说。

为此，王明在店里厨师间设立师徒制，一带一教，鼓励老厨师收徒授艺。

让所有员工学习了解古法砂锅菜的历史文化背景，明白传承技艺的意义，并定期开展厨艺比赛、技术讨论等，促进厨师之间的经验分享和技艺切磋。

在传承的基础上，王明还鼓励大家与时俱进，结合现代饮食需求和健康理念，对菜品进行改良和创新。他们近期推出的新菜品砂锅红薯、砂锅毛血旺等，都非常受顾客喜爱。

以砂锅为器，盛天下美味。未来，王明明古法砂锅将借饮食之道，兴文化之风，潜心技艺的传承和发扬，做新时代饮食文化的传承者和创新者，让更多人感知领略中华饮食文化的韵味和魅力。

记者 阎轶洁
摄影 张澍宏