

“老巷烟火繁华”系列报道 36

龙泉餐厅：扒焖酱烧 经典留香

物质的极大丰富，使人们的味蕾愈发“挑剔”。但对太原人而言，“老太原河西十大碗”始终有着“妈妈的味道”，寄托着乡愁和记忆。开在中北大学中央大道的龙泉餐厅已有19年，“老太原河西十大碗”始终是最受食客喜爱的“头牌”。其经典做法已先后传承了四代，蒸肘子、蒸丸子、蒸方肉、蒸小酥肉、蒸肉条……传承百年的味道延续至今。

河西十大碗

8月21日上午，系上围裙，戴好帽子，47岁的张耀德走入龙泉餐厅后厨。

手工剁好的肉馅添入花椒水、葱姜水、盐、胡椒粉，再磕入鸡蛋，用手快速搅拌，使肉质变得富有弹性。剥好的鹌鹑蛋薄裹一层淀粉，抓一小把肉馅将鹌鹑蛋团团包好，反复摔打后成为圆滚滚的肉球。一颗颗肉球下油锅定型，放凉后，用菜刀一切两半，放入葱、姜、大料、辣椒、料酒、胡椒粉后上锅蒸40多分钟。

时间一到，揭开锅盖，肉的醇香混着蛋的清香扑鼻而来，将蒸碗扣在盘中。褐色肉皮、浅色蛋白包裹着饱满的蛋黄，宛

如炯炯有神的虎目。这道菜，便是蒸“虎眼”，又名虎头虎脑、虎虎生威，因为寓意好，深受食客喜爱。

一颗颗优质红枣对半切开，剔核后塞入莲子，铺在碗底。提前蒸好的静乐黄米拌入绿豆、去皮花生、葡萄干、玉米粒、桂圆肉等食材，放入碗中，蒸好扣出来，再浇入沙棘汁，便是一道酸甜可口的晋商八宝米。

除了蒸“虎眼”、晋商八宝米，还有蒸肘子、粉蒸排骨、蒸红薯、蒸小酥肉、蒸肉条、蒸方肉、蒸丸子、海带豆腐……“老太原河西十大碗”软糯鲜嫩，咸甜相宜，令人垂涎。

传承已百年

“我是‘老太原河西十大碗’非遗项目的第4代传承人！”张耀德说。

清末年间，张耀德的曾祖父就是大厨，常常被山西各地乡绅、商贾邀请，在宴席中担任主厨。那个年代物资匮乏，往往一头猪通过分档取料，便能摆上十多桌。“十”寓意“十全十美”，有吉利、喜庆之意。1922年，张家在水西门开了一家名为“十大碗”的饭店，深受食客喜爱。张耀德的祖父继承了家传制作技法，后来又增添了酱梅肉、芋头扣肉、红焖排骨、黄焖鸡块等菜式，其做法被广为传播。

到张耀德这一代，“十大碗”的技艺已传承了百年。因为历史原因，张家的饭店

一度搬迁，先后落脚于迎泽区、万柏林区、尖草坪区。2005年起，张耀德开设龙泉餐厅，把“老太原河西十大碗”作为餐厅招牌菜发扬光大。

张耀德说，万柏林区位于汾河西岸，被称为“河西”，“老太原河西十大碗”不仅盛行于河西一带，还在太原民间普遍流传。对太原人而言，以前的“十大碗”是春节待客、参加红白喜事时才能吃到的“压轴菜”。“过节时，做好‘十大碗’冻起来，想吃时上锅一蒸，原汁原味，营养不流失！”张耀德介绍，“十大碗”集中了扒、焖、酱、烧、炖、炒、蒸、馏等烹饪手法，菜品外观大气，融合了自然的肉香、菜香、果香，食之易于消化。



扫码看视频



张耀德在制作“十大碗”



三五好友相聚一起品尝美食



龙泉餐厅门面



蒸好的丸子



蒸好的烧肉

探索新菜品

如今，张耀德在传承的基础上，对菜品加以改良。除了传统的“十大碗”外，还加入了酥带鱼、蒸酥鸡、四喜丸子、红焖排骨、宝塔肉、懒汉酱香肉、金钱肘子、台蘑扣肉等菜肴，演变为不同搭配的“八大碗”“六大碗”“蒸四碗”。食客可根据婚宴、寿宴、丧宴、生日宴需求，选取不同的套餐。

为了满足当代人营养需求，菜品尽量“去油化”。遇到老年食客，还会更多采用“蒸”的烹饪技法实现“软烂化”。“‘蒸’法营养流失最少，最有营

养，同时易于消化。”张耀德说。

在张耀德的后厨，调味品极其简单，压根儿看不到“科技与狠活儿”。“厨师的最高境界就是做到‘无味’。‘无味’不是没有味道，而是不滥用调料和添加剂，让食材回归本味，用技艺唤醒记忆！”

近年来，人们对传统菜品的渴望，使张耀德感受到保护和发展“老太原河西十大碗”的重要意义。2020年，“老太原河西十大碗”申请成为区级非遗项目；2023年，成为市级非遗项目。

老味永流传

拿起一块五花肉制成的烧肉，用刀切成12片，片片均匀，约有刀背厚。再将肉片左一片、右一片地叠放入碗中，添加葱、姜、大料、辣椒、胡椒粉、料酒后，上锅蒸。不一会儿肉香便扑鼻而来。品尝着徒弟张莺飞做的这碗蒸肉条，张耀德赞许地点点头。

42岁的张莺飞是张耀德的徒弟，从19岁起，他便跟着张耀德学“老太原河西十大碗”，如今做得已炉火纯青。多年来，张耀德收徒无数，为了将“老太原河西十大碗”传承下去，他挑选了其中最优秀的6名徒弟亲手传授。

张耀德带领徒弟做的“老太原河西十大碗”口味地道，受到食客喜欢。有的“老太原”品尝后念念不忘，隔段时间便来光顾。有

的甚至带来食材拜师学艺。对这些忠实“粉丝”，张耀德来者不拒，无私地倾囊相授。他还常常在我市多个社区，为老年人免费做“老太原河西十大碗”年夜饭，使更多“老太原”吃到“老味道”。

龙泉餐厅位于中北大学校园内，可口的饭菜便是师生们的生活记忆。餐厅常常迎来毕业多年的学生，大家聚会的首选之地便是这里。老同学聚首，尝一口当年的味道，唇齿间重拾那段宝贵的青春岁月。

“‘老太原河西十大碗’承载的是太原人的成长记忆，更体现着老太原人朴实热情的待客之道。我会继续把‘十大碗’发扬光大，让老味道历久弥新！”张耀德说。

记者 侯慧琴 摄影 张澍宏