



夸夸忻州的  
土特产·代县篇

代县：

# 黄酒酥梨风物美 熬鱼咸菜滋味长

代县滹沱河湿地公园五彩斑斓,美不胜收。冯晓磊摄



味道鲜美的代州熬鱼



“雁门金波”牌黄酒



代县大米

被称为“山西红”的代县辣椒



色泽金黄、汁多甘甜的代县酥梨



品种繁多的代县咸菜

代县是国家级历史文化名城,境内有闻名遐迩的“天下第一关”雁门关,有“中华第一楼”边靖楼,有华北地区最大的文庙,有被建筑学家梁思成誉为“中国现存瓶状塔中比例最好的一座”的阿育王塔等古迹名胜。而代县有名的土特产和风味小吃,有“南绍北代”之誉的代州黄酒,有当地“美食名片”代州熬鱼,有独具风味的咸菜,还有辣椒、酥梨、大米、小米等知名土特产。

## 黄酒 “南绍北代”美名扬

代州黄酒源于仰韶、兴于汉唐、名于宋元、盛于明清,迄今已有4500余年历史,是北派黄酒的发源地和著名产地。

代州黄酒到底好在哪里呢?好黍米出好黄酒。代县北有巍峨雁门山,南有清凉五台山,中有淙淙滹沱河。两山夹一川,自古就是黍米的主要产地。代州黄酒以黍米为原料,还可加入绿豆、红枣、枸杞等配料。明清时期,以代县阳明堡为中心的周边地区已形成较完善的酿酒技艺。代州黄酒经制曲、发酵、熟化、熬制、焦糖炒制等复杂工序酿造而成。如今,在传承古法和科技赋能下,设备更加

精良,工艺更加精湛。

代州黄酒因其独特的工艺和优良的品质,荣获了诸多奖项——2011年入选山西省第三批非物质文化遗产保护名录,2022年入选首批十大省级重点专业镇,2024年通过了“代州黄酒”地理标志认证。老高家酒业(雁门州)、四达酒业(雁门金波)被认定为“三晋老字号”;贵喜酒业被认定为山西省专精特新中小企业;山西雁门山酒业有限公司半干型代州黍米黄酒“1/2”及半甜型代州黍米黄酒“清”被认证为“山西精品”;“淳源”牌代州黄酒荣获第108届美国巴拿马太平洋国际博览会金奖。

## 咸菜 不愧“菜代州”之称

代县古称“代州”,素有“菜代州”之美誉。据传,战国时期赵国名将李牧驻守雁门关时,为改善将士生活,利用当地蔬菜制作咸菜作为下饭菜,这一习俗由此流传至今。

代县咸菜,又称“代州老咸菜”或“代县酱菜”,是该县的传统特色食品,拥有悠久的历史 and 独特的制作工艺,被列为山西省非物质文化遗产。

代县咸菜品种繁多,主要有以下几类。搅醋丝:以白萝卜为主料,辅以西老陈醋等调料,经切条、晾晒、蒸制、搅拌后密封

腌制半年而成。老咸菜嘎嘣菜:选用白萝卜、胡萝卜、芥菜等多种蔬菜,经过多道工序腌制而成,口感清脆爽口。烂腌菜:选用本地鲜嫩紧实的苣荬菜,配上胡萝卜、芹菜等,精心腌制而成,加入的盐量要恰到好处。

此外,还有酱渍、盐渍、糖渍、醋渍等不同风味的酱菜。

代县咸菜不仅是一道下饭佳肴,更是山西饮食文化和非遗技艺的重要载体。无论是搭配小米粥、馒头,还是作为菜肴辅料,都能带来独特的味觉享受。

## 辣椒 中国四大辣椒产地之一

辣椒是代县的特色农作物,古称“代州椒”,别名“山西红”。代县与河北望都、河南永城、陕西耀县并称为中国四大辣椒产地。其色泽鲜红,肉厚肥,果实大,含籽少,油性大,辣味重,营养成分丰富。

辣椒在代县大量种植,目前种植面积已扩展至3万亩,年产量可达3万吨,成为农民增收的重要来源。代县辣椒正在推进精深加工,生产的辣椒酱、辣椒油、辣椒粉等系列产品,深受人们喜爱。

每到秋天遍野红,辣椒丰收采摘忙。一地的红辣椒,妇女们三五成群穿梭其间采摘,脸上带着丰收的喜悦,远远望去就是一幅灵动的美丽画卷。

## 酥梨 被誉为“国梨之秀”

酥梨是代县有名的特产,获全国农产品地理标志保护。代县酥梨具有酥、脆、甜、香四大特色,外形个大圆润,色泽金黄光洁,皮薄肉厚,汁多甘甜。代县酥梨于1989年在全国水果品鉴会上夺冠,2017年4月20日正式实施农产品地理标志登记保护,远销港澳,被誉为“国梨之秀”。其中的佼佼者,咬上一口甘甜酥脆,满口生津,直甜到心底。

代县酥梨还有药用价值,中医认为其有润肺凉心、消痰降火功效,适合日常食疗。此外,酥梨还可以深加工制成梨脯、罐头等。

记忆中,最好吃的熬鱼当属阳明堡的熬鱼了,特点可以用几个字来形容:鲜、嫩、酥、软、香。在物质匮乏的年代,代州熬鱼是珍馐美味,不是普通人家平时能吃上的,只有逢年过节或者家里来了尊贵的客人才能一饱口福。如今,代州熬鱼早已“飞入寻常百姓家”。

代州熬鱼选材十分讲究,以鲜活鲤鱼、草鱼为主料。处理干净的鱼肉经简单腌制去腥,下入热油中炸至外皮金黄,锁住鱼肉鲜味。慢火熬制是整道菜的灵魂,出锅后的代州熬鱼骨肉酥烂,肉质软嫩却不散,酸甜咸辣层次丰富,回味无穷。

这道菜做法朴实、滋味浓郁,不论是家常餐桌,还是各种宴席,代州熬鱼都是压轴好菜,承载着代州的地域饮食文化。

## 熬鱼 代县的美食名片

## 大米 软糯可口味香甜

若要问哪里的大米好?你可能会想到东北大米、晋祠大米、江南大米。但你可能想不到代县大米其实非常好吃。代县大米颗粒饱满,口感黏弹,味道香甜。

滹沱河水自东向西贯穿代县全境,历来就是灌溉稻田的优质水源。滹沱河两岸滩涂,是天然的水稻种植区,所产大米可以和太原晋祠大米媲美。据了解,当年毛泽东主席路居代县,就曾

夸奖过代县大米。1948年4月6日,毛泽东主席在延安至西柏坡途经代县,在代县住了一晚,吃了代县大米后称赞道:“没想到黄土高原能产出这么好的大米,我多吃了一碗。”你说,连毛泽东主席都夸奖的大米,能不好吃吗?

2020年4月30日,中华人民共和国农业农村部正式批准对“代县大米”实施农产品地理标志登记保护。

## 小米 一碗米粥慰乡愁

代县北靠雁门关,昼夜温差大,黄土沙质土壤,光照充足,谷子灌浆充分,非常适合谷子种植。其中,北半坡产的小米品质尤其好。

代县小米颗粒金黄饱满,色泽透亮;熬粥易出米油,黏稠绵润,米香浓郁;富含矿物质、铁、维生素等;多旱地早作,谷子虫害少,为原生态杂粮;具有健脾养胃的功效,是产妇、老人、孩童的食补佳品。

小米饭是代县人餐桌上的温馨、舌尖上的美味和心头的眷恋。香喷喷的小米饭再配上几小碟自制的老黑酱、咸菜、腌韭菜等,那简直就是最接地气的人间美味。

策划:刘捷 白雪萍  
文字:杨明丽  
设计:狄芳娟