



花卉入馔在我国历史悠久,《神农本草经》中就有花卉“服之轻身耐老”的记载。

食用牡丹在宋代可觅踪迹,北宋文豪苏轼诗词《雨中看牡丹》中的“未忍污泥沙,牛酥煎落蕊”,就有了“牛酥煎牡丹”的做法。明代《遵生八笺》载有“牡丹新落瓣也可煎食”,《二如亭群芳谱》谓:“牡丹花煎法与玉兰同,可食,可蜜浸”“花瓣择洗净拖面,麻油煎食至美”。明清时,人们已有了较为完整的原料配方和制作方法,清代《养小录》记载:“牡丹花瓣、汤焯可,蜜浸可,肉汁烩亦可。”不论如何烹制,牡丹浓郁的香气终不会改变。



### 知味甘肃

# 河州牡丹入馔

# 舌尖上的「国色天香」



凉拌牡丹



牡丹花油馍馍



用牡丹花蕊制作的菜品“一品芙蓉王”

腾腾的牡丹花肉丸,花香伴着肉香,不由得大快朵颐。

牡丹花瓣落下时,临夏人的吃法与吃榆钱类似,河州牡丹因为品种不一样,有的微甜有的微苦有的则带点清香,但做法都尽量保持原汁原味,不仅依旧保有花香,菜品也非常好看。

黄瓜牡丹拼盘、赤松茸遇见牡丹,牡丹宴创新菜式很多,近几年牡丹花瓣为食材的月饼或烤饼也在河州百姓餐桌上大放异彩。

#### 四

除了牡丹宴,牡丹制作的系列产品也颇多,牡丹纯露、牡丹油、牡丹酱,都各有行家,当然大家都喜欢的,当属牡丹酒。在临夏的牡丹宴上,牡丹酒是压轴戏,牡丹酒是和政县紫斑牡丹种植示范基地与州农科院合作研发出的,牡丹酒是牡丹宴的灵魂伴侣,坐在牡丹花丛中或花下,悠悠地品,自是飘飘然的。间或来一口牡丹花瓣,当作零食,人间烟火气便是香气四溢的。

山东菏泽以牡丹花粉、花蕊为原料制作而成的牡丹美食,命名时会辅以古人吟咏牡丹的诗句,如富贵中华、贵妃出浴、昆山月光、银丝二乔、金龙卧花池等,而临夏的紫斑牡丹宴更有自己的独特一味。河州牡丹盛开在啁啾果树下,在风拂过牡丹树脸庞时,如诗如画的啁啾果花洁白地映衬着牡丹的妖娆,那些牡丹打着花骨朵时就被梨花的香气浸染,梦中有梨花的甜腻,到了日子也自然会独树一帜摇曳生姿地绝版盛开。

“牡丹因为花色不同,口感也不同,入宴席一般会选颜色浅的牡丹。”牡丹基地的人深谙牡丹习性,大厨们也会互相交流烹饪经验,比如有些牡丹表面带有一层蜡,所以配菜一般会用水焯一下,而不是蜡牡丹的品种,就可以选择用淡盐水进行清洗,在他们眼中,牡丹花其实比较适合制作家常菜,没有复杂的烹饪技巧,比如蒸拌菜等,就可以直接使用牡丹进行食材替换。

有文字曰:牡丹宴不仅道道菜肴造型美观,而且讲究烹饪技法、口味质感、营养搭配等。在选材上,牡丹宴除了要求原料品质上乘,成色新鲜、质地细腻外,每道菜看还有特殊的要求,即注重菜肴的营养保健功能,选用具有营养、保健、药用价值的原材料,根据其作用和不同性质,合理搭配,才能达到牡丹宴滋补保健、祛病强身的效果。

看牡丹、种牡丹、吃牡丹,从春到夏,河州人的日子里都有牡丹……而用牡丹花入宴制作出的菜品也在不断创新,牡丹花汤和牡丹花火锅就被端上餐桌,把日常饮食与牡丹文化融为一体,风味独特。

#### 五

美食以外,牡丹系列产品的养生功效也很卓越,临夏紫斑牡丹的种子油、花蕊茶、叶芽茶、叶芽菜等产品中,不饱和脂肪酸、氨基酸、维生素E等指标均达到国内领先水平,具有很高的食用和保健美容价值。以牡丹籽油、花瓣酒、花瓣茶、鲜花酱、鲜花饼、精油、叶芽茶、美容护肤品等为主的牡丹深加工产业,也正在临夏蓬勃兴起。

牡丹籽油可用来煎炸、烘焙、煮饭等,是理想的食用油,在临夏已形成产业规模。随着国家对粮油安全和木本油料产业发展的政策激励,临夏抢抓机遇,与相关院校、企业合作,加大对紫斑牡丹的科技攻关,加快建设世界牡丹种质资源圃,研发牡丹鲜切油用、药用养生产品,全产业链发展紫斑牡丹产业,生产出的紫斑牡丹籽油色金黄、味香浓、无苦涩,具有广阔的市场发展前景。

一次牡丹的饕餮盛宴总是成为旅人心底的美好回忆,食客的故事里,牡丹基地的第一桌牡丹宴,也是一桌与传统饮食文化相融合的牡丹盛宴。

其实,每个河州人的心底或眼底都有一个“牡丹宴”,“河州美食 临夏味道”的册页上,牡丹宴是浓墨重彩的一笔,雍容华贵与国色天香,皆在唇齿留香间。河州牡丹宴也是展示临夏特色和文化的窗口之一,欣赏或品尝牡丹菜品,感受临夏历史文化的熏陶与紫斑牡丹的精彩与妖娆,牡丹美食既创新着本土的饮食民俗,也传递着河州文化的源远流长与临夏人的淳朴厚道。

(本文带说明图片由史有东、杨敦提供)

### 文|李萍 包蕾

当美食遇上风雅,花饽应运而生。在吃的法则里,人们从没把自己束缚在一张食品清单上,怀揣对食物的理解,在不断地尝试中寻求转化的灵感。在临夏,不光全羊宴、平伙宴声名远播,这两年名声大噪的牡丹宴也成了临夏人的心头好。

临夏人爱牡丹爱到极致,除了种牡丹、画牡丹、唱牡丹、绣牡丹、雕牡丹等之外,有口福的人吃牡丹,若有贵宾盈门,会想办法摆一桌牡丹宴。

牡丹宴刚出现的时候,总有人疑惑,牡丹怎么吃?吃花瓣?吃花蕊?还是吃花根?疑问在一盘盘以牡丹为食材的美食里成全了相见恨晚的浪漫与邂逅。

民间有句谚语说:“春食花、夏食瓜、秋食果、冬食根”,其意是说花朵除有观赏价值,花朵入馔也是古今饮食传统。临夏是紫斑牡丹的家乡,牡丹根可入药,花可入宴,具有丰富的营养价值,牡丹籽可榨食用油,花瓣可做食品、饮料

等,花蕊、花粉加工后作补品食用,富含蛋白质、氨基酸、维生素、类黄酮等多种营养元素,也是食疗养生的很好原材料。因而,牡丹入馔,也契合当代人对健康饮食的需求。

临夏牡丹宴以牡丹花瓣、花粉、花蕊、丹皮、牡丹籽油等为原材料制作而成,每道菜看造型美观且讲究烹饪技法、口味营养,数十盘形态各异、精巧别致的牡丹绽放在餐桌之上,香味扑鼻,惹人垂涎。无论是在味觉、嗅觉,还是视觉上,食客都有与牡丹亲密接触之感,品尝牡丹宴的过程,亦是经受一次文化底蕴的熏陶。

仔细看看临夏牡丹宴的菜单,真是让人垂涎三尺,凉菜雍容华贵:牡丹花干(印象奶白菜)、牡丹酱脆口脆、洛神出水(鲜椒汁牡丹花)……菜名诱人,菜品更诱人;热菜则从花开富贵(牡丹配海鲜姿造)、富贵牡丹(鸿运当头)、牡丹鱼片、百花齐放(金桔百合)、国色天香(发子面肠)到落英缤纷(赤松茸酿虾饺),可谓琳琅满目;还有富贵千层卷与牡丹花式油糕的主食,光看字眼就有唇齿留香之感,如此,牡丹盛宴改写的不仅仅是味蕾,而是感官与认知。

河州人也喜用牡丹花入茶。牡丹宴之外,临夏人还致力于开发花瓣、花蕊与本地八宝茶相结合,推出以牡丹为主要原料的河州八宝茶。牡丹花丛间,端起印有牡丹花的盖碗,再品牡丹花茶,美在眼目间流转,花香在舌尖缠绵,一段香气四溢的人生在牡丹花茶里氤氲美好,花瓣与开水的碰撞也是牡丹的另一种人生。

牡丹花茶要玻璃杯冲泡才有意境,静候片刻,茶汤呈玫瑰色,确切地说是牡丹花色,晶莹剔透,诗意无比。一朵牡丹花盛开在杯中,上下翻转,煞是夺目。如果错过了牡丹花开时节,那么泡上一杯牡丹花茶,可在杯中欣赏不一样的花开富贵,而后啜上一口,牡丹茶水在唇齿间流过,舌尖留点苦涩后两侧又有点甘甜,后入胃,带着一丝的温暖,品后的人生也是惬意的。或是将牡丹花瓣撒于菜品上作为点缀,牡丹花无疑成为牡丹文化宴上的最佳主角,享用牡丹的甜美芬芳,是河州人盛夏最漫长的告白之一。

品牡丹宴,喝牡丹花茶,不能忽略牡丹花饼。蕴有淡雅花香、浓郁情怀的鲜花饼,经过腌制花酱、皮面包酥、压模成型、烤制等工艺精心制成,层层酥皮裹着绵香的牡丹花酱,吃起来清甜不腻。

在临夏人的饮食传统里,对“馍”的感情已深入人心,牡丹宴上,拌馅时融入牡丹花瓣做成

的馍馍,其味鲜甜细腻,吃完一块还想再来一块。河州花馍作为“十大名点”之一,因包含牡丹花型而备受欢迎,不仅好吃,还好看易存贮,是一朵别样盛开的牡丹……

一盘盘鲜艳夺目的牡丹菜品,配上牡丹花茶、牡丹花饼,红的黄的白的绿的,绽放在杯盘之中,不忍举箸,但还是下筷了,菜品创新丰富又琳琅满目,一桌牡丹宴,也是与传统饮食文化的契合融合。

有些种牡丹的人家,也很有民间智慧,他们起初每日观赏牡丹,享受属于自己的国色天香,继而会生吃牡丹花瓣,然后便是牡丹鲜花酱,或者将牡丹花瓣晒干做枕头,夜夜枕着花香入睡,做了人间最会欣赏牡丹其美之人。清晨的牡丹露珠,很多临夏人也喜擷取收纳,而后用其洗眼睛,是偏方也是明目之举。

#### 三

和政的牡丹纷纷绽放时,总会吸引一波又一波来自四面八方赏牡丹的游人。在三合镇东新庄村的和政县紫斑牡丹种植示范基地,100多亩牡丹竞相绽放之时,国色天香、风姿绰约的牡丹引游客领略芳香,而以牡丹为食材或融入牡丹元素的牡丹宴,让啁啾果树下怒放的和政牡丹更有别样的风情。

三合镇最先创新以牡丹花瓣为食材的牡丹宴,既有传统的炸、熘、爆、炒、蒸、煮等制作方式,也有以花粉、花蕊、丹皮、牡丹籽油等为原料烹制的。每道菜看造型美观且讲究烹饪技法,有更精致讲究的人,餐具也会选用印有牡丹花元素的杯盘等,无论味觉、嗅觉还是视觉,都有与牡丹亲密接触之感。

在紫斑牡丹种植示范基地,很多游客喜欢自己动手参与制作牡丹宴,除了油炸花瓣外,花瓣炒鸡蛋的蛋生花、银耳摆盘的一品芙蓉王、羊肉炒牡丹的红酥香,都是别具一格的尝试,而羊肉花卷与花蕊糟汤、花瓣包子等也是别出心裁,让生吃花瓣和凉拌之外的创意,令人耳目一新!

油炸牡丹花瓣与油炸百合或虾片的做法又大相径庭,鲜嫩的花瓣入锅在高温下翻个身打个滚,与油炸洋芋片无区别,只是时间更短,貌似焯一下,三两下入盘,举箸品尝,也是幸事。牡丹花肉丸,鲜香软糯,做法不难。采摘新鲜的牡丹花,取下花瓣用清水洗净,沥干水分后备用。选取肥瘦相间的羊肉剁成肉泥,把牡丹花瓣切碎和入,加入适量调料充分搅拌均匀揉成丸子,装盘入锅蒸20分钟左右,即可出锅。热气



用牡丹花制作的面食“富贵牡丹”