

的水席、银川的烤全羊、西安的羊肉泡、广州的阉公羊、新疆的羊肉手抓饭、海南的东山羊、东北的酸菜羊、内蒙的手抓羊、重庆的黑山羊、西藏的藏羊干、珠海的羊肉藕煲、山东的羊肉汤、成都的火锅羊肉等20多处的食羊大法。

在研发和挖掘羊道的过程中，我始终坚持羊道既要博采众长，又要坚守地方特色，始终坚持以“榆林古城老味”为核心，坚持“食不厌精，脍不厌细”的理念。这句话出自孔子《论语·乡党》，原意为：“粮食要做得可口好吃，肉食要做得细致入味。”从整篇文章理解，“精致好吃、细致入味”，才能对得起种粮养畜之人的辛勤付出，才不会浪费食物，更让食者心情愉悦、身体健康。羊道在形成规范后正是做到了这一点。把羊从头到尾，从里到外分成上百档，分档取材，精心烹调，绝不浪费可食之处。

羊道在研发和挖掘的过程中，我始终秉承羊道的灵魂就是文化，从这个意义上讲，羊道饮食文化是榆林古城餐饮人从餐饮经营、菜品制作、饮食礼节、饮食禁忌、饮食风格中所创造的，以羊为主料的饕餮盛宴。羊道饮食文化以明武宗在榆林食羊道三月余为历史背景，从时代与技法、地域与经济、民族与宗教、食品与食具、消费与层次、民俗与功能等多角度展示出不同的文化品位。食羊不见羊，196道菜的菜名均不出现羊字，而是以色、香、味、形分档原料，吉言好礼、典故寓言、诗词雅赋结合养生含义而取，赋予每个菜名深刻的文化内涵，可以说是妙不可言。例如：鸣锣开道、鸿运当头、玉竹望风坡、两情相悦、玲珑宝塔、鱼跃龙门、步步莲花、千里奔月、金秋贡菊、千秋基业、皇恩浩荡、太极秦仓、白里透红、花菇麒麟顶、珍珠丸子、八仙过海、七孔灵台等不胜枚举。

经过前后十多年的挖掘、抢救、整理、研制，终于实现了历史上的羊道菜肴传统制法和现代加工工艺、现代营养学理念的完美融合，使菜谱系统化、标准化，形成了“中华陕北羊道宴”三大系列，共196道菜品，其中“羊道御宴”108

道菜，“羊道官府宴”34道菜，“羊道全羊宴”54道菜。把羊从头到蹄、从里到外、从肉到骨分割精细取之，配以特色食材，采用独特烹制技法，精心秘制，色、香、味、形、名俱全，极大地丰富了西北地区饮食文化内涵，成为中华传统饮食文化园地的一朵奇葩。

## 榆林羊道的特点

### 1、由俗入雅

地处毛乌素沙漠南缘的榆林，与内蒙古、宁夏、山西毗邻。蒙汉民族长期交往，杂处融合，饮食重荤轻素，“五味调和”就地取材易，从古至今祭祀、寿宴、婚丧嫁娶、生辰满月、待人请客均以羊肉为主，从民间到地方官员都以食羊的系列菜肴为荣。榆林民俗民情古朴，逐步形成独具边塞风味的四大节、八小节、七十二个渣渣节。每个行会均有固定的地址和指定祭祀的日子。如每年三月二十七是东岳大帝圣诞之日，七月二十一是佳县白云观的魁星圣诞之日，餐饮行会在这些特别的日子举办活动，文人墨客吟诗作对，民间厨师相互观摩，专业人士评定优劣。但传统烹制，无非是涮、烤、炖，单一粗糙，游牧

