

传承与创新中求变的延安味道

■ 黄巨国

延安饮食多样包容、富于创新。市政府注重“延安味道”系列传统美食品牌挖掘的同时，又不断培育和创新菜式菜品，各个县也有自己传统的代表菜品，逐渐形成了独特的饮食文化与菜系。

延安两区十一县，美食真是数不清。

延安属于温带气候，降雨少、山大沟深是其显著的地域特点，这样的地理特征决定当地只能出产五谷杂粮。2022年10月27日，习近平总书记在延安视察时讲到：“延安的五谷杂粮滋养了中国革命的胜利和中国共产党的壮大。”这从一个侧面说明了延安饮食的特点：杂粮当家。

海纳百川的延安美食

延安与榆林南部黄土沟壑地区接壤，又接近鄂尔多斯台地，不仅地理、气候、风物、习俗基本一致，近现代由于历史与政治原因，特别陕甘宁边区时期，延安一带接受了很多来自各地的移民，且移民中榆林各县区人口颇多，故而日常饮食受榆林、内蒙等地的影响较大。受地域提供食材的影响，延安的饮食具有粗粮细作的特点。

改革开放以后，延安经济逐年提升，加之交通与互联网的快速发展，特别随近些年延安红色旅游的兴起，各地饮食迅速传入，让热情包容的延安人，在饮食中也呈现出了海纳百川的胸襟，不断创新逐步形成了独特的饮食文化与菜系。

前几年，延安的一位网友“刘光州V”在微博上发布了一张在延安吃“八碗”的照片，照片上，人们围坐在院子里吃酒席，头上、饭桌上都盖上了厚厚的一层雪。这条微博引起众多网友围

观，许多网友表示很神奇地被戳中笑点。网友们也纷纷为此图做“神配词”，网友“像疯一样的后生”转发图片评论：延安人民用生命在吃八碗！

与榆林南部的习俗一样，延安的红白两事都要坐席，又叫吃八碗。陕北的八碗有软八碗和硬八碗之分，其中软八碗是四碗荤菜和四碗素菜，而硬八碗则是八碗荤菜，其中必有酥鸡、丸子、炖羊肉、烧肉等。

2019年由黄陵宾馆制作参展的传统名菜“御膳八大碗”在西安“2019‘中国菜’艺术节暨陕菜国际美食文化节”上荣获陕菜主题名宴。这道“御膳八大碗”对陕北传统美食八大碗原有菜品进行挖掘提炼，融入健康时尚元素，受到中国烹饪协会、省商务厅、专家学者以及餐饮大咖们的



御膳八大碗