

2月2日,中央电视台财经频道《正点财经》栏目在报道北流市民乐镇万平村民俗美食大集活动时,介绍了北流的一道小吃——芥菜包,让这道地方特色小吃瞬间广为人知。

芥菜包是北流传统美食,其以糯米粉和粘米粉一起搓成粉团,以猪肉碎沫、萝卜粒、木耳等作馅料,外面用芥菜叶包裹而成。在北流本地,除了逢年过节制作之外,平时很多人也喜欢把它当成早餐或零食。在首届北流特色美食与特色旅游商品评选活动中,芥菜包被评为“最美菜肴”。



芥菜包的馅料有猪肉、萝卜、木耳等多种食材



用糯米粉和粘米粉制成的粉团



芥菜包用芥菜叶或包菜叶包裹

糯米粉和粘米粉搓成粉团,以猪肉碎沫、萝卜粒、木耳等为馅料,外用芥菜叶包裹而成

芥菜包：北流一道「老字号美味」

记者 王耀前



刚刚出锅的芥菜包软滑,散发着香味。

包好的芥菜包

制作芥菜包有切、搓、揉、捏、炊等多道工序

北流芥菜包有多诱人?“外皮糯软,馅料十足,咬一口,香喷喷。”北流市新丰镇的李坚女士对于芥菜包,可谓情有独钟。她说,在二十世纪九十年代,有位大叔经常骑车送芥菜包到北流照相馆门前,押韵地叫卖:“芥菜包,热塞塞(北流话:热腾腾的意思),又有膏虾又有肉。”很多没吃过的人,听到这样的叫卖声忍不住买来试试,吃过之后都对大叔的芥菜包叫好不绝。

李坚说,芥菜包在北流可以称得上“老字号美味”,人人喜爱。记得小时候,每到节日,奶奶早早就把她姐妹几人叫起来,一起制作芥菜包。在她心里,芥菜包就是“奶奶的味道”。“早上5点左右就起来切制馅料了。”李坚介绍,制作芥菜包有切、搓、揉、捏、炊等多道工序。首先是制作馅料。馅料要切细,所以很费功夫。猪肉要切成肉粒,萝卜切成萝卜丝,木耳、虾和葱花也要剁得很碎。而她奶奶往往还会多添一些腊肉、芝麻进去,因为腊肉有油,连着芝麻一起吃,格外甘香。切好馅料后,得马上炒熟。

“炒熟馅料后,便是搓糯米粉团。”李坚介

绍,粉团是由糯米粉和粘米粉混合制成,其中糯米粉占八成左右。她说,搓粉团很讲究,一般在稻谷收获时,晒好的稻谷加工成大米并磨成粉,然后制作成粉块,晾晒好后收藏起来,待要制作芥菜包时,才会拿出来。所以,搓粉团如果功夫不到位,就很容易有粉粒,做出来的芥菜包口感会粗涩。而搓捏功夫到位的话,粉团就比较柔软、圆滑。可以说,搓好粉团,制作芥菜包已成功了一半。

李坚表示,以前奶奶制作芥菜包时,很讲究外形的美观。在把粉团捏成一个漩涡状,再慢慢收拢得像半个鸡蛋壳的形状后,才放入馅料。包好馅料后便是裹菜叶。她说,现在做芥菜包,有的地方用的菜叶并不是芥菜叶,而是包菜叶。包之前,先用锅把水煮沸,然后把芥菜叶烫软,这样包起来才能包得贴。

炊煮芥菜包的时间为20分钟左右。“不能熟得太透,否则芥菜包会烂,没有弹性。”李坚说,刚煮好的芥菜包,慢慢咀嚼,爽而不腻,滑滑溜溜,可口弹牙,满嘴留香。

芥菜包是北流当地逢年过节必做的小吃

芥菜包在北流当地是逢年过节必做的小吃。“芥菜包有团团圆圆、美满幸福的寓意,一到重大节日,那可是家家户户必做的。”北流市民李训忠介绍,每年元宵、农历二月初二和广西三月三等节日,北流很多乡镇都会呈现家家户户制作芥菜包的盛景,有些节日很多人家还大摆筵席,邀请亲朋好友前来品尝芥菜包。

“北流市民乐镇罗政村在每年农历二月初二都会举办盛大的庙会,这一天村民都会制作芥菜包。”李训忠记得,去年二月初二他到罗政村参加庙会时,他的好友就邀请了数十位朋友,一起制作芥菜包,节日氛围很浓,回去时,还每人带了两大袋芥菜包。今年这个节日,会有很多人玉州、兴业等地喜欢吃芥菜包的人,前往参加

庙会,品尝芥菜包,感受北流浓厚的地方特色和文化魅力。

“在北流上里一带,每到年例活动也都会制作芥菜包,用来招待贵宾。”来自北流市六麻镇的李家成是一名摄影爱好者,每到北流清湾、六靖等镇举行年例活动时,都会前往拍摄,让他最难忘的是家家户户制作芥菜包的场景。他说,往往是一家人围在一起,大家搓粉团,做馅料。而一些前来参加活动的朋友也参与制作,非常热闹。

李家成说,即使不是节日,如果有宾客到访,主人也都会制作芥菜包来招待。办婚宴时,这道小吃更是比其他菜肴先上桌。而在北流城区或乡镇的不少酒店,也都有这道小吃推出。

曾入选北流10大“特色美食”

芥菜包作为招牌小吃推出,以此吸引顾客。

“芥菜包注重原汁原味和营养健康。”北流市新圩镇六旺村村民何飞在镇上开了一家早餐店,以销售芥菜包为主。她说,在新圩当地,制作芥菜包历史悠久,无论男女老少,都对这道小吃钟爱有加,很多人都喜欢拿芥菜包当早餐。在正月初七,她店铺的芥菜包就出现了顾客排队购买的现象。据她说,在春节前新圩镇举办的一个文化节中,她现场制作的芥菜包成为了最亮眼的北流本土小吃之一。

2017年5月,北流市举办首届特色美食与特色旅游商品评选活动,评出了10大“北流市特色美食”和5种“北流市特色旅游商品”。其中,一款名为“二招”的芥菜包获评“最美菜肴”,获广西烹饪餐饮行业协会授予荣誉证书。

北流一些景区,节庆期间也推出芥菜包等本土美食。在2023年广西三月三期间,北流市勾漏洞风景区举办丰富多彩的活动,现场设有特色小吃街,其中,芥菜包成为了最受欢迎的特色小吃。而在玉林五彩田园一些餐厅,也曾以