



苏东坡本报资料图片

“苏轼是谁？他是北宋文坛领袖，唐宋八大家之一，仕途坎坷却不改豁达性情，更是热爱美食的著名“吃货”。北宋元祐八年(1093年)，苏轼被贬河北定州任知州，初到此地，他整顿军纪、修建营房，提高军队战力，并在定州推广水稻种植技术，使得荒滩变良田。除此之外，“吃货”苏东坡还在定州和“酒肉”结下了不解之缘。

手掰肠和松醪酒 苏东坡定州留下的传世美味



正在熏烤中的手掰肠。

1 定州手掰肠从军粮到民间小吃

北宋时期，定州与契丹毗邻，乃北宋边疆重镇，有“天下十八道，为河北最重，河北三十六州军，为定州最要”之说。

北宋元祐八年(1093年)，年过五旬的苏轼以定州路安抚使持节出知定州。出发之前，他给弟弟苏辙写了临别诗《东府雨中别子由》，用“今年中山去，白首归无期”表达自己“归期不定”的担忧，“中山”为战国时期中山国，定州便是中山国属地。

忧思之外，苏轼并没有懈怠：强军、富农，他在定州留下了连片的营房、稻种，以及鼓励农民耕种的“插秧歌”，此类表现当地民风民俗的小调，如今已经成了国家级非遗“定州秧歌戏”。同时，热爱美食的苏轼也在此寻找到全新的味道，其中就有手掰肠。

相传手掰肠源于北宋与契丹交战时期，游牧民族将肉馅和面粉用羊血搅拌，灌入马肠之中，分发给将士，便于行军携带，宿营时将士们将其煮熟，再掰开食用。因定州与契丹接壤，如此“军粮”的制作方法便被定州百姓掌握。苏轼到了定州后，改良了这款“军粮”：将马肠、羊肠改为烤煨炮制的猪肠外衣，使得这款肉肠口感变得更加脆、鲜、香、嫩，一时间，百姓纷纷效仿。

关于手掰肠的来历还有另

一种说法。据当地手掰肠生产商孙永刚介绍，苏轼初到定州之时，当地人民因天灾而饱受饥馑之苦，作为定州知州，苏轼将猪肉切碎混合荞麦面，加水煮为糊糊以赈灾民，让百姓既能食肉，也可饱腹，于是，这一做法便在民间流传开来。多年之后，定州百姓因感苏轼在定州赈灾之事，故而将猪肉、淀粉以及香料灌在猪肠衣中，制成“肠子”。经过多年改良，现在的“肠子”需要经过水煮和果木熏烤，已成为享誉一方的“手掰肠”。

定州手掰肠的由来虽尚有探讨之处，但定州肉肠的制作方法确在当地流传许久。“定州已在2022年将手掰肠纳入市级非遗。”定州市文化馆副馆长李强在介绍这款美食时说。

手掰肠肠体绯红油亮，用手轻轻一掰，肠身应声而断，肠衣裂开时带着脆脆的轻响，咬在嘴里，脆而不硬，微带弹性。



享誉一方的定州“手掰肠”。

2

有肉有酒美食家的绝顶享受



工作人员正在生产中山松醪酒。

大口吃肉，大口喝酒，苏轼在定州的另一款“东坡美食”便是中山松醪(láo)酒，是其《中山松醪赋》中美酒原型。此酒是苏轼在定州任职时，根据当地的“松醪”酒工艺，以黍米、麦子、松节为原料，用黑龙泉为水源亲酿而成，并命名为“中山松醪酒”。

酒成、饮之、大喜，提笔书《中山松醪赋》。苏轼在文中称此酒“味甘余之小苦，叹幽姿之独高，知甘酸之易坏，笑凉州之葡萄”。

2012年，中山松醪酒被纳入河北省级非遗，侯江锐是当地酒厂的技术总监，也是非遗传承人。据他介绍，苏东坡酿造的中山松醪酒

添加了松针、松膏，使得酒香更为清冽。

1915年，中山松醪酒同茅台酒一道参加巴拿马万国博览会，获金奖。但民国时期，时局动荡，中山松醪酒厂毁于一旦。1986年，此酒恢复生产，但由于定州松树较为稀少，迫于现实条件，酿造师用松子代替松针、松膏，勉强复原了中山松醪酒。

“刚恢复生产的酒，口感始终不对，后来大家无意中发现存放时间达到五年、十年的中山松醪酒居然有了‘老牌’的味道，我们才知道，因为原料改变，酿造出的中山松醪酒需要存放十年左右才能恢复以前的口味。”侯江锐说。