



# 一口甜到心里

## 邻水阴米酥让你爱上巴蜀味道

在四川省广安市邻水县，有一种流传千年的味蕾珍馐——邻水阴米酥，它以金黄璀璨、酥脆可口、香甜绵长的独特风味，不仅征服无数食客的味蕾，更深深烙印在邻水人的心中，成为一份难以割舍的乡愁与记忆。

邻水阴米酥制作技艺有悠久的历史，可追溯到清朝中叶，至今已有数百年。在邻水县，特别是九龙镇，这一技艺以家族传承的方式得以延续。这种传承不仅保留了古老的制作工艺，还融入了现代的创新元素，使得邻水阴米酥在保留传统风味的同时，更加符合现代人的口味。

邻水阴米酥制作技艺包括阴米制作和阴米酥制作两个阶段，其所采用的传统工具，包括甑子、簸箕、炒锅、滚筒、切刀、压板、模具、竹筛、斗筐、砂等；主要原料有优质糯米、猪油、红糖、米糖等，辅料有橘皮、芝麻、核桃、花生仁。

精选的上乘糯米，经过浸泡的温婉浸润、蒸煮的热烈升华、晾晒的沉静沉淀，最终幻化为晶莹剔透的阴米。

将这阴米与醇厚的麦芽糖、醇香的芝麻、脆爽的花生等食材巧妙融合，经过熬糖的甜蜜煎熬、拌料的细腻调和、成型的匠心雕琢、切块的精准分割，最终绽放出那一口难忘的酥脆香甜，令人陶醉其中，回味无穷。

咬上一口邻水阴米酥，外层酥脆爽口，瞬间化为满口芬芳；内里软糯香甜，麦芽糖的甘甜与芝麻、花生的香脆在舌尖交织起舞，带来一场味觉盛宴。

这不仅是一道美食的享受，更是一道滋养身心的佳肴，糯米补中益气，麦芽糖健脾养胃，芝麻花生富含蛋白质与维生素，让每一位品尝者都能感受到来自大自然的恩赐与呵护。

邻水阴米酥，不仅承载着邻水人民对美好生活的向往与追求，更是这座城市历史文化的生动写照。

每一块金黄酥脆的阴米酥，都凝聚着匠人的心血与智慧，传递着邻水人民的热情与情谊。它见证了这座城市的岁月变迁与历史沉淀，成为连接过去与未来的桥梁。

如今，邻水阴米酥已经走出邻水，走向全国乃至世界，成为一张靓丽的城市名片。它以独特的口感和深厚的文化底蕴，吸引无数食客的目光与味蕾，让更多人了解邻水这座充满魅力的城市。

华西都市报-封面新闻记者 刘彦君  
周彬 摄影报道



邻水阴米酥



Make Malt Fragments

制作麦芽碎

1.制作麦芽碎



Sweet Potato Syrup

2.调制好红苕糖



3.蒸米



Dry the Yinmi Rice

晾阴米

4.晾阴米



5.炒米



6.炒好米备用



7.制作完成的整块阴米酥



8.切块



9.包装阴米酥

邻水阴米酥制作流程