

“三餐四季”里,读懂泼辣与温婉的遂宁

□周一帆 边钰



五二四烧牛腩。《三餐四季》截图



菌香素鲍鱼。《三餐四季》截图

TA NEW
天府新视界

1月17日晚8点,央视一套《三餐四季》节目组走进四川,达州与遂宁这对“巴蜀双璧”以舌尖美味,让撒贝宁、鲁健、沈月、林卫辉组成的“寻味团”大呼“上头”。名嘴撒贝宁更是在品尝了遂宁的菌菇宴后直呼:“吃了它直接素颜上镜!”

节目播出后,遂宁以其独特的“砂锅江湖”与“菌香世界”刷屏网络,这位“美食界扫地僧”看来是藏不住了。

今天,不妨走进这座寓意“顺遂安宁”的城市,探寻那些让人甘愿“素颜出镜”的至味。

遂宁“泼辣”外表下是“温润”内核

在遂宁,食物是能吃出表情包的!

比如“冲”。它形如春卷,内藏芥末,一口下喉,冲劲直冲天灵盖,食客眼泪直流,却又欲罢不能。

不过,遂宁味儿,可不止“冲”这么简单。“鲜”字当头、“变”在其中,才是其舌尖密码。

砂锅诠释“烟火气”里的“慢”哲学。遂宁的味,从一口砂锅开始。当一锅青豆肥肠端上桌,遂宁的“慢生活”哲学便有了具象表达。这道看似寻常的家常菜,实则是遂宁江岸生活的深厚记忆。肥肠,曾是码头工人补充体力的硬菜;砂锅,则是江边泥沙铸就的器皿。煸炒、熬制、慢炖,再加上一小时的耐心守候,肥肠的油脂与香料在锅中完美融合。最后3分钟,新鲜青豆下锅,一抹清鲜,巧妙中和了肥肠的油腻,带来了味觉的平衡。

守得滚烫,方得其鲜。遂宁人懂得,生活就像这砂锅,急不得、躁不得,只有慢慢煨,才能煨出

最醇厚的滋味。这种“泼辣”外表下的“温润”内核,正是遂宁最迷人的地方。

菌菇演绎味觉“魔术秀”。遂宁这座拥有深厚文化底蕴的城市,在对待食材上也颇有巧思。当晶莹剔透的金耳刺身亮相时,连见多识广的撒贝宁都坐不住了。这金耳,色如琥珀,味似三文鱼,入口即化,胶质满满。听到大厨介绍这道菜“养颜驻颜”的功效,撒贝宁眼睛一亮,夸张地开玩笑来:“明年我就把化妆师辞了,直接素颜上镜。”这波“自来水”安利,不仅硬核,更充满了喜感。

如果说金耳是大自然的馈赠,那么菌香素鲍鱼则是遂宁大厨的匠心,主打一个“入锅是蘑菇,出锅变鲍鱼”。大厨将普通的杏鲍菇改刀成鲍鱼的形状,经过油炸定型,再用秘制浓汤慢煨。最后,用红薯淀粉勾芡,让汤汁如凝脂般包裹住每一块“鲍鱼”。那逼真的造型,几可乱真,成就了舌尖上的行为艺术。

遂宁味道沉淀着地底的「岁月沉香」

遂宁滋味,不仅有“花活”,更有蜜意。一道五二四烧牛腩,让地理标志产品“安居524红苕”登上“舌尖T台”。

“524红苕”其名,自有讲究:五月栽种、单重二两、株距四寸,还需窖藏一两月,方能激发醇厚甘甜。当甜蜜饱满的红苕遇上软烂入味的牛腩,一场风味“双向奔赴”在口中展开——红苕之甜衬托牛腩之鲜,牛腩之香浸润红苕之糯,令人回味无穷。

若说以上菜色显“巧”,那么卓筒井旁的古法盐烤鱼,便是遂宁的“硬”。在被誉为“中国古代第五大发明”的卓筒井边,“寻味团”目睹了这道传统美味:鱼不破肚,从嘴和鱼鳃处掏出内脏,保留鱼鳞,再将五花肉、笋、香菇等填满鱼腹。最后,取卓筒井的千年盐卤调和蛋清,将鱼身严密包裹。

这层“盐甲”在高温中逐渐硬化,牢牢锁住鱼肉的鲜香与汁水。敲开盐壳的瞬间,热气携香扑鼻而来。这番“为鱼披甲”的硬核操作,正是遂宁人对千年盐业文明的真挚致敬。

卓筒井的盐、安居的红苕、涪江的鱼、山间的菌……就地取材,取法自然。遂宁的味道,既有码头文化带来的“热辣滚烫”,也有一方水土孕育的“温润如玉”,更沉淀着深藏地底的“岁月沉香”。



遂宁小吃“冲”。图据遂宁文旅

食物,也是文旅的“推荐官”。

随着《三餐四季》热播,镜头里的袅袅炊烟与市井烟火,将遂宁的独特风味与城市温情送至千家万户。

若不满足于荧屏前的“云品味”,何不亲自踏上这片土地?到卓筒井旁,亲手取一勺千年盐卤;去安居田间,感受“524红苕”的甘甜;走进寻常巷陌的砂锅店,点上热气腾腾的青豆肥肠,再添一把山林滋养的鲜菌。

遂宁,不仅有“冲”上头的滋味,也有迷醉眼的风景。四川宋瓷博物馆里,“千峰翠色”的宋瓷风华令人沉醉;射洪陈子昂读书台松柏幽幽,写就“半城山水半城诗”的意境;“中国死海”漂浮正当时,将卓筒井文化、盐卤文化玩出松弛新意。

在遂宁,三餐不仅是为果腹,更是对生活的热爱;四季不仅是轮回,更是对万物的礼赞。

来遂宁,一起品味这“上头”的烟火人间。

据“天府新视界”微信公众号