

2026年5月20日 星期三 编辑 张海 版式 罗梅 校对 汪智博

四川安逸如画

剑门关豆腐



不吃剑门豆腐，
枉游天下雄关！

豆腐是大众食品，营养丰富。剑门关豆腐是四川剑阁县特产，俗话说：不吃剑门豆腐，枉游天下雄关。



剑门关豆腐以剑门山区砾岩油沙石土出产的黄豆为原料，使用来自剑门七十一峰的剑泉水，经浸豆、磨浆、滤渣、煮浆、点浆、脱水等工序制成。



剑门关豆腐颜色雪白，细嫩鲜美，口感不涩，且有淡淡清香，采用炒、炸、熘、烧、炖、蒸、余、凉拌等烹调方法，可制作出200多个品种的菜肴。



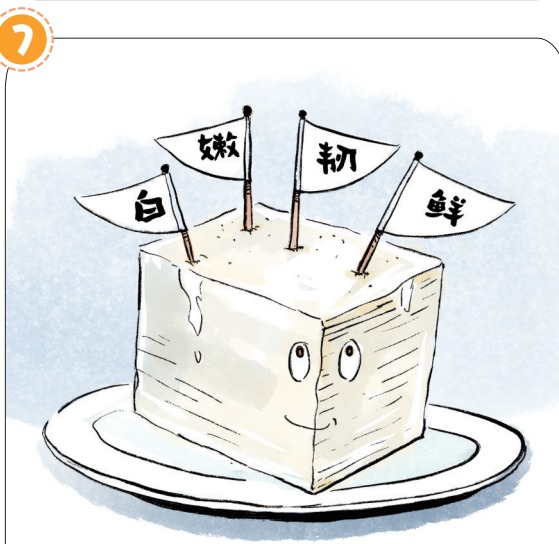
据史料记载，剑门关镇的豆腐制作技术起源于三国时期，至今已有上千年历史。相传三国时期，蜀汉大将军姜维在汉中被魏将钟会、邓艾打败后，退守险隘剑门关。



当时姜维营中兵疲不能战，马乏不能骑，眼看剑门关危在旦夕，一地方官向姜维献计：号令百姓家家磨豆浆，制作豆腐犒赏士兵，以豆渣喂战马，待兵马体力恢复再战。



此计确实很灵，士兵和战马体力迅速得到恢复。三日之后，姜维仅引五千兵将杀下关去，大败钟会，使魏兵倒退十里下寨，解了剑门关的危急。



剑门关豆腐有四大特色：一是颜色雪白；二是质地细嫩；三是韧性极强，无论切块、拉条、开片、切丝都得心应手，不碎不烂；四是味道鲜美。



剑门关豆腐很讲究烹调方法，近年来随着剑门三国文化的开发，又创制了灯笼豆腐、怀胎豆腐、草船借箭、水淹七军、八阵图等十多个豆腐新品种。



剑门关豆腐不仅质优味鲜，而且物美价廉，价格很亲民。当你游览剑门雄关之后，再细细品尝一下剑门关豆腐，一定会是难得的享受。

文/剑阁县旅游局网站 漫画/杨仕成