

2025年
1月27日
星期一责编 吴哲
校对 张梦镯
美编 月亮

横山炖羊肉： 塞上豪情香中存

曹丹妮 文/图



李庚金正在给顾客上餐。



“打平伙”羊肉特写。

给羊肉浇汤。

喝着，共同做这顿期盼已久的炖羊肉。其间，抓羊的抓羊，磨刀的磨刀，一切准备就绪以后，羊主人家请来大厨，经过几个小时的炖煮，将一锅香喷喷的羊肉端上桌来，再按照人数分肉。天南海北的阔谈声里，每个人端着碗小碗炖羊肉，或站着，或蹲着，不时发出“滋滋滋滋”的声音。吃完后，抹一下嘴，用油腻的手掏出“份子钱”，再聊会儿天，便散了各自回家去。这是那个年代独有的温暖记忆。

“那会儿的生活都很艰苦。数人才能共同买得分吃一只羊。其实，按照现在的说法，这就叫AA制。”李庚金幽默地说。

“想要味道好，选用的羊肉极为重要。正宗的横山炖羊肉，选取的是本地山羊。而横山羊肉之所以与众不同，和当地的气候条件分不开。”李庚金道出其中关键。昼夜温差大，日照充足，降雨较少，横山区的植物多以抗旱植物为主。因此，这里的羊子从小吃着百里香、黄蒿、大椒叶等香草，以及富含蛋氨酸的苜蓿和大豆等长大。加之山大沟深，羊肉脂肪含量低，吃起来极有嚼劲，受人喜爱。

2010年，“横山羊肉”以其显著的地域和品质特色成为“国家地理标志保护产品”。2018年，“横山炖羊肉制作技艺”入选陕西省非物质文化遗产代表性项目名录。现在的铁锅炖羊肉已经成为当地最具代表性的特色美食，吸引着众多外地游客慕名前来。

“老李，这锅差不多该放料了。”李庚金的妻子提醒道。“好啦，这就来。”李庚金一边走到后厨，一边讲解，“想要把羊做好吃，除了选用本地的山羊整只现炖，好的调料也是必不可少的。我把梅花椒、红葱、生姜、干辣椒和食盐这五种食材所制成的料包加入肉中。这五味食材可以最大程度地激发出羊肉的鲜香，辣而不腥，回味无穷。”

随着生活水平的提高，“炖羊肉”已经成为餐桌上司空见惯的美食。虽然“打平伙”的意义已经改变，但这种习俗与温情仍然在一代又一代人之间流传。

“老李，给我来上一盆炖羊肉，我们4个人。”正说着，顾客走了进来。“这锅炖羊肉，我是做不完喽。”李庚金笑着说。

在榆林，一碗饅饅，再浇上一勺炖羊肉，这是逢年过节和宴会餐桌上的一道必不可少的美食。一碗铁锅炖羊肉，也是每个横山人难以割舍的家乡情怀。

1月22日早晨6点，天刚蒙蒙亮。走进榆林市横山区西沙街道的羊肉店，李庚金已经开始了炖羊肉的准备工作。

李庚金介绍：“我的父亲是庄里炖羊肉的一把好手。小时候，我就跟在他后边看着他做炖羊肉。赶上庙会这种大活动，我们就挑着扁担卖炖羊肉和杂碎，吆喝着卖，一卖就是一天。”功夫不负有心人，经过多年掌勺和锻炼，1992年，一家名为“李五打平伙”的小店正式营业。

炖羊肉出名，那“打平伙”是什么意思？说到这三个字由来，李庚金介绍：“这其实就是横山特有的民俗文化，20世纪90年代以前，陕北常见的一种村子里丰富空闲时间、休闲放松的聚会形式。具体起源的时间已无从考证，但陕北人一直延续这一古老的风俗，成了乡亲之间解馋和增进感情的特有方式。”

广袤的黄土高原上，一首首信天游穿破了山之间的屏障，声声入耳。这里的人们主要以种地、养羊为生，日子过得忙碌而踏实。对于日落而归的汉子们来说，最期待的就是每隔两三个月来上一次“打平伙”。选好日子，十来个后生吃

横山铁锅炖羊肉做法

1、炖羊肉的第一步就是精心挑选羊。选择正宗横山羊，羊子的年岁应当是一周年的山羊。这阶段的羊肉质鲜嫩，无腥味，为羊肉中的上品，羊的重量最好控制在12.5公斤~20公斤之间，肥瘦适中。

2、将选好的羊宰杀后，把肉和骨头分离开，骨头剁成小块状（3厘米~5厘米），肉切成小块，等待下入铁锅。炖的肉越多越香，特别是将整只羊放在一锅里炖。

3、按每公斤肉加水600克的比例在铁锅里倒入冷水，然后将骨头、羊肉依次放入，用大火将水煮沸，用10分钟~20分钟的时间将浮出的血沫彻底打清。

4、炖制过程中，加调料是炖羊肉时极为重要的一道工序。只加梅花椒、红葱、生姜、干辣椒和食盐五种调料，调料太多反而失去了羊肉本该有的味道。

5、火候的把握和调料的配

比一样重要。一锅羊肉做得好不好，关键看火候。纯正的横山炖羊肉需先用急火再用文火后用猛火。先用急火打完血沫后，改为文火炖一个半小时左右，到肉快熟时再用大火煮。

6、经过将近2小时的炖制后，大铁锅内的肉汤翻滚、热气腾腾，即将出锅的羊肉鲜香味扑鼻而来。肉块入口酥嫩，一咬就成丝状，而且越嚼越香，肥瘦适中，香而不腻，毫无腥膻味。

