



## 大余烫皮客家味

□赖联明 刘照志 刘志龙 叶功富 文/图

难忘故乡情,常念烫皮香。在大余,亲朋好友来了,主人必会端上一道美味的客家小吃——大余烫皮。

相传,唐末战乱迫使大批中原汉人南迁避难,其中有汤姓一族辗转来到大余山区开基谋生。他们在中原习惯了吃面食,来到南方后多有水土不服。汤氏族人有一位精通医术的长者研究发现,用本地山上生长的灌木黄端木(俗称黄元柴)制成碱性灰水,将灰水浸过的大米磨成米浆,然后将米浆倒入簸箕里摊薄摇匀,放入大锅中煮熟后划块揭出,状若面片,鲜香美味,即食或晒干后再水煮、沙炒、油炸,都很可口,能解食欲不振、水土不服。这种美食因形得名,被称为烫皮,并很快在大余及周边流行开来。历史上,大余是海上丝绸之路联接中原地区的要冲,唐朝时就开凿有驿道,美味烫皮也就随之被带到各地,很快名闻大江南北。

大余烫皮是客家人创造性加工的大米制

品,以优质大米、天然颜料、本地香料等为原  
料,经浸泡、磨浆、蒸熟、晒干、烹饪等工序制  
作而成,有色泽鲜亮、气味芳香、味道鲜美等特  
点。大余烫皮种类繁多、花样迭出:以颜色分,  
有白水烫皮、灰水(碱水)烫皮、蔬色烫皮等;  
以配料分,有猪肉烫皮、鸡蛋烫皮、包菜烫皮等;  
以烹饪方法分,有现蒸烫皮、水煮烫皮、湿炒烫  
皮、沙炒烫皮、油炸烫皮等。湿烫皮切成块晒  
干叫烫皮骨,切成丝晒干叫烫皮丝。烫皮骨经  
沙炒、油炸迅速膨胀,吃起来很香,看上去“有  
料”,在物质贫乏年代常被客家人用作“伴手  
礼”“回篮礼”。今天,大余烫皮已发展成为地  
方风味小吃、特色旅游食品。

晨起,行走在大余的大街小巷,随处可见  
烫皮早餐店,客家妹子站在热气腾腾的灶台  
前,手势麻利地把米浆舀进刚过食油(易于熟  
后揭起)的簸箕里,上下左右倾斜摇匀,然后将  
它放在大锅里,用松毛刷子各蘸一些果蔬原汁

颜料,洒在簸箕中的米浆上,以让蒸出来的烫  
皮色泽鲜艳,随后盖上锅盖蒸上三五分钟便可  
开锅划取。用新鲜出炉的烫皮裹上炒好的虾  
米、猪肉、鸡蛋、腌菜和葱蒜等配料,蘸上酱油  
辣椒,尝一口,满满都是赣南客家原乡的味道!

大余烫皮丰富了客家人的餐桌食谱,也  
体现和见证了客家人筚路蓝缕、以启山林的  
开创精神。如今,这个赣南客家人素来钟爱  
的小吃,给当地带来了源源商机。近年来,  
大余县积极引导烫皮产业标准化、工厂化、链  
式化、品牌化发展,培育壮大烫皮龙头企业30  
多家,引领1500多家烫皮专业户共同发展,带  
动了当地百姓在烫皮产业链上增收致富,进  
而促进乡村全面振兴发展。

原乡特产、客家味道。大余烫皮产品先  
后获得“全国海峡客家烹饪大赛特金奖”“中  
国地域十大名小吃”等殊荣,名气越做越大,  
品牌越叫越响。



- ①将浸泡过的大米磨成米浆。
- ②将米浆舀到簸箕里摊薄摇匀,然后将葱花等佐料撒在米浆上。
- ③把盛有米浆的簸箕放入大锅里蒸熟即成新鲜烫皮。
- ④用热沙炒出的烫皮,香酥美味。
- ⑤客家女子晾晒烫皮。
- ⑥现蒸现吃的烫皮,是客家人喜爱的早点。
- ⑦如今,大余烫皮已实现工厂化、标准化生产,正焕发出全新的产业生机。
- ⑧热情好客的赣南客家人,常用烫皮招待客人。

