

东门肠粉： 老玉林心目中，它味道最“正宗”

□记者 王耀前/文 廖源/图

在玉林城区，如果要找出一道数十年长盛不衰的小吃，肠粉自是当仁不让。而在城区众多的肠粉店(摊)中，又以“东门肠粉”最为有名。过去，玉林城区东门一带(特别是原第二人民医院位置)曾是玉林卖肠粉最负盛名的地方，久而久之，就打响了“东门肠粉”的名头。如今，尽管在玉林城区很多地方都有制作肠粉的店铺(摊点)，但很多上了年纪的市民依旧习惯把“东门肠粉”视为最正宗。

在制作“东门肠粉”的队伍中，有一名外号“鸡字”的肠粉摊主，素以肠粉制作速度快、味道鲜美著称。至今，“鸡字”已在这个行业坚守了40多年，可谓是这个行业的“大师级”人物。他的儿子现在也继承他的衣钵，跟着他一起制作肠粉。

“鸡字”名叫王瑞忠，近日在他新开的肠粉店里，他一边忙碌着，一边讲述肠粉制作的秘诀，以及这道玉林美味的故事。



▲磨米要使用石磨磨两遍，才能保证粉的鲜嫩。

A 每道工序都有秘诀

刚出道做肠粉时，王瑞忠就以“鸡字”的名号“行走江湖”，他制作的肠粉味道鲜美，且制作的速度比较快，顾客都喜欢以此外号称呼他，既表亲切又带几分褒奖。

“我10多岁时，就开始在原玉林第二人民医院处摆肠粉摊了。”王瑞忠说，他制作的肠粉“白、薄、爽、软、滑”，浇上酱料后，肠粉油光发亮，香滑可口。

“制作肠粉有多道工序，每道工序都有秘诀。”王瑞忠介绍，首先在大米的选择上，就很有讲究，他一般是选用包义和珍珠矮这两个品种的晚造大米。因为这两种米的米质柔软，炊出来的粉雪白、晶莹剔透、不黏齿。可惜包义这个品种由于产量低，玉林本地人都不愿意种植了，现在基本上只能选用珍珠矮。

“在磨粉之前，米要浸泡够6小时以上。”王瑞忠说，磨粉也很讲究，无论是以前用手工石磨，还是现在使用电动石磨，都至少要磨两遍。而在夏季时，为了保证磨出来的粉细嫩，还要加入冰块和大米一起磨。他表示，只有在原料的选用和制作上下足功夫，才能保证肠粉的口感。

在炊具的设计上，他家的与众不同。因为肠粉讲究的就是一个“嫩”字。而要保证它的鲜嫩，就要使用猛火蒸炊，所以他的炊具都是他自己设计的，可在20多秒内让肠粉熟透。

不过，“东门肠粉”的灵魂却是酱汁。“酱汁含有多种香料，烹制时至少要熬上1个小时。”王瑞忠说，他制作的酱汁清冷却鲜香，很适合玉林人的口味，让人吃过后口齿留香。这也是他制作的“东门肠粉”数十年来一直深受欢迎的秘密“法宝”。



“鸡字”制作肠粉时，动作像按了“快进”键。



▲如今，“东门肠粉”品种多样化。



▲肠粉最讲究的是一个“嫩”字。

肠粉又叫亦称拉肠、卷粉、猪肠粉(因形似猪肠而得名)。在两广地区，肠粉是最受欢迎的早餐小吃，可称得上是物美价廉，适合各个阶层的人。从不起眼的路边小摊到酒店，都有供应。

玉林的肠粉源自广东。这种说法在玉林民间得到了普遍认同。据相关史料记载，肠粉起源于唐朝的泷州(今广东罗定市)，由当地的一种传统美食油味糍演变而成。当地人称之为“龙龕糍”。后来之所以改称肠粉，传说是当

B “东门肠粉”源自广东

年乾隆皇帝游江南时，吃到这龙龕糍时，觉得像猪肠子，于是称为肠粉，因而得名。

王瑞忠称，当年他是从舅舅处学到了这一手制作肠粉的技艺。他的舅舅是广东湛江人，在抗战时期就在货轮上做过大厨，有一手制作肠粉的高超技艺，后来到玉林发展，进入了玉林饮食公司工作。

为了能制作出与别人不一样的肠粉，王瑞忠不但把舅舅的技艺全部学到手，还专门跑到广东学习，这才拥有了现在这手出众的技艺。粉嫩肉鲜酱汁香，咸淡适中，是其制作的肠粉的特点。王瑞忠也成为了玉林城区肠粉制作的一个代表性人物。

C 如今，“东门肠粉”品种更丰富

现在，“东门肠粉”已经成为品质好、味道正的肠粉代名词。在玉林城区其他街道的肠粉店或肠粉摊，都喜欢挂着“东门肠粉”的招牌以招徕顾客。而“鸡字”凭着几十年积累下来的名声，也开起了多间分店，除了在原第二人民医院处的“根据地”外，他还在美林街和香港城小区附近开设了分店，他的儿子在其中一间分店当了“掌柜”。

虽然现在的早餐小吃推陈出新，品类丰富，但“东门肠粉”却一直没有被时代淘汰，这也足见“东门肠粉”的魅力。王瑞忠曾有一天做了62.5公斤米的肠粉。按0.5公斤米做13条肠粉计，当天他就做了近2000条肠粉。“那天，从6时一直忙到14时才能停下来休息一下。”

王瑞忠说，当天收摊后，他的手脚都麻木了，后来去做了按摩才恢复过来。

如今，“东门肠粉”不再单纯是猪肉肠粉和鸡蛋肠粉，已创新推出了牛肉肠、虾肠、生蚝肠等肠粉，品类更丰富了。而且也不再限于早餐，在午餐、晚餐甚至夜宵都有供应。

采访当天，王瑞忠一边跟记者聊着，一边制作肠粉。他的动作很快，像点了“快进”键一般，给蒸笼的大抽屉上米浆，然后左右摇晃，使米浆铺均匀，接着加肉、打鸡蛋，一整套动作如行云流水。

“每一份美味的制作，都要用脑、用心。”聊到最后，王瑞忠的一句话，道出了“东门肠粉”制作的所有奥秘。