

# 烟火宁夏 风味长存—— 宁夏“美食+”的烹制之法

本报记者 张涛 刘惠媛 文/图



鼎上鲜餐厅推出的宁夏特色美食。

(图片由AI生成)

美食,是地域文化最鲜活的载体,是一方水土最直接的味觉表达,更是文旅融合最天然的纽带。

宁夏这片被黄河滋养、被“三山”守护的塞上沃土,多元文化在此交融共生,美食以其质朴的滋味、鲜明的地域特色,成为宁夏文旅发展中一抹亮色。

近年来,宁夏文旅部门将打造“舌尖上的宁夏”品牌作为文旅融合发展的重要抓手,让每一位来宁游客都能在唇齿留香间,感受到宁夏深厚的文化底蕴和高质量发展的实践成果。

一桌好菜·塞上风,味,守正出新香满堂

从黄河鲤鱼到贺兰山野菌,从盐池滩羊到中宁枸杞,宁夏丰富的物产为美食制作提供了天然食材,一代代餐饮人的匠心雕琢,让这些食材焕发出独特风味,成就了一桌桌令人回味的宁夏好菜。

“宁夏的传统特色美食在‘色、香、味、形、意、养’方面已家喻户晓、老少咸宜、广受喜爱。”作家、美食家臧新宏对宁夏美食的底蕴有着深刻认知。

在臧新宏看来,宁夏美食的根,扎在黄河水土的滋养中,藏在多元文化的交融里,宁夏美食的未来,在于守正与创新的平衡。

记者在采访中看到,在银川,无论是深耕二十余年的老牌酒楼,还是口碑爆棚的家常小店,都在坚守宁夏风味的基础上,不断探索菜品的升级与创新,让“宁夏一桌菜”既有烟火气,又有新滋味。

瑞丰小酒楼由宁夏名厨瑞丰1999年创立,是老银川人心中的“家常味道”标杆,27年来,积累了大批老顾客。

“酒楼对菜品进行打磨升级,将原有什锦汤锅和条子肉两道经典菜融合改造为条子肉炖菜,还吸纳了彭阳十大碗、隆德暖锅的特色,创新菜品一经推出便获顾客好评。”酒楼第二代传承人、总经理欧阳东说。

如果瑞丰小酒楼是宁夏家常美食的代表,鼎上鲜则是宁夏特色肉类菜品创新发展的典范,负责人李昇,不仅是一位管理者,还是注册中国烹饪大师和国家高级烹饪技师。

2025年底,为响应文旅部门推广的“宁夏一桌菜”倡议,鼎上鲜餐厅率先开发出880元与1088元两档“宁夏一桌菜”,融合了涮肉、凉菜、面点、烤鸭等品类,既保留了手抓羊肉、扒羊肉条等宁夏传统老味道,又对黄焖鸡等经典菜品进行口味优化,既适合家庭聚餐,也能满足游客品尝宁夏特色美食的需求,成为顾客订年夜饭最火热的选择。

“厨师是美食的灵魂,传统烹调的精华,在于厨师对食材的深刻理解和对工艺流程的严谨把控,而非依赖复合调味。现在宁夏厨师行业面临手艺失传的危机,许多年轻厨师缺乏基本功训练,对老菜的烹制要领、加工技法掌握不足。”李昇告诉记者,菜品发展的根基在于传承,手艺人做飯好吃的关键在于技法和火候,这与预制菜有着本质区别,“新鲜的食材、精湛的手艺,才能做出真正的好味道,传统菜品因为调料少,更符合现代人对健康的需求。”

一桌宁夏好菜,是食材与匠心的结合,是传统与创新的碰撞,更是宁夏地域文化的味觉表达。宁夏美食正以鲜活的姿态,讲述着塞上江南的故事,为宁夏文旅发展注入浓郁的味觉魅力。



↑胡得花在炸油香。

## 一条成长路： 百味共生,风物长宜放眼量

位于银川市兴庆区立新巷的“老银川家常菜”,承载着许多银川人的味觉记忆。如今的“老银川家常菜”,已是外地游客打卡宁夏美食的“必到之地”。

“老银川家常菜”创始人胡永前的创业故事,是宁夏本土餐饮人脚踏实地、稳步发展的缩影。

出身农村的胡永前,2000年进入厨师行业,他从最基础的学徒做起,在灶台边默默沉淀,积蓄着厨艺与经验。

2009年,28岁的胡永前与妻子开了第一家“老银川家常菜”,彼时资金紧张、店面狭小,仅有9张桌子,胡永前亲自掌勺炒菜,后厨加前厅一共只有4人,创业的艰辛不言而喻。历经沉淀,小店的生意渐入正轨,慢慢积累起良好的口碑。

2014年,第一家分店顺利开业。此后,胡永前稳扎稳打,逐步将门店拓展至如今的10家。

在胡永前看来,美食的传承,核心在于保质保量,而味道的延续,关键在于人。“老银川家常菜”各分店的厨师长和前厅经理,大多是早年与胡永前共同打拼的师兄弟,或是店内一手培养起来的骨干,这种管理模式,确保了从后厨到餐桌那份独属于“老银川”的家常味始终如一。

胡永前始终以“实惠、量大、味地道”为经营准则,让餐厅贴近百姓的一日三餐。在做好大盘羊肉、鲑鱼滚豆腐、辣子鸡等经典菜品的同时,不断进行菜品创新,推出“特色黄牛蹄”,成为餐厅的“网红菜品”。

随着宁夏旅游业的发展,“老银川家常菜”的食客结构发生了变化。为更好满足不同客群的需求,尤其是外地游客的用餐体验,“老银川家常菜”陆续推出了小份菜、盖浇饭等产品。

“游客可能想多尝几样宁夏特色菜,但大份菜吃不完,太浪费了,所以我们推出小份菜,让大家一顿饭能品味更多宁夏味道。”胡永前说。

如果说“老银川家常菜”是宁夏本土家常菜的成长典范,那么黄鹤楼饭庄则是宁夏老字号餐饮品牌在传承与坚守中寻求突破的代表。

创立于1946年的黄鹤楼饭庄,是名副其实的“老银川记忆”,与迎宾楼、德隆楼、仙鹤楼并称为“四大楼”,糖醋鱼、扣羊肉条是其招牌菜品。

在餐饮业多元化的今天,黄鹤楼饭庄面临着诸多挑战:快餐、外卖、预制菜、火锅烧烤等新兴餐饮业态的冲击,让传统正餐的消费场景不断受限。快节奏的生活,使消费者尤其是年轻人的口味偏好、用餐习惯发生了巨大变化,对传统老字号的兴趣和认知度亟待提升。

面对困境,作为黄鹤楼饭庄负责人,马志斌始终坚持“坚守”与“创新”并重。一方面积极整理资料,邀请烹饪大师指导,致力于丰富传统菜谱,让老银川的味道能代代相传;另一方面,深化研发能代表宁夏风物的特色菜品,探索更多宁夏本地小吃、糕点融入菜品体系,让老字号菜品更贴合现代食客的口味。其研发的红酒枸杞焗羊排,融合了宁夏葡萄酒、中宁枸杞、盐池滩羊三大特产,将宁夏的物产精华与传统烹饪技艺相结合,让外地游客通过一道菜,就能品味到宁夏的风物特色。

## 一个品牌： 融情融味,破圈发展寻新路

宁夏自古便是移民之地。来自五湖四海的人们跨越山川,在这片塞上沃土落脚、扎根,带来了“南腔北调”的方言,也带来了各具特色的饮食习惯。

秦晋的面食、陕甘的辣味、江南的烹技、西北的肉食,交融碰撞、相互借鉴,形成了宁夏美食多元共生、兼容并蓄的独特格局。

这份多元,是宁夏美食的魅力所在,却也成为宁夏美食难以自成体系的重要原因。

没有统一的菜系标准,没有标志性的烹饪技法,让宁夏美食在全国美食版图中,难以形成鲜明的品牌辨识度。

如何打破“多元而无核心”的发展困境,打造具有全国影响力的“舌尖上的宁夏”品牌?如何通过“美食+非遗”“美食+文旅”的深度融合,突破地域限制,让宁夏美食飘香全国?

“美食的背后,是一方水土的历史与文化,是一代人的生活与情感,只有让美食与文化深度绑定,才能让宁夏美食拥有独特的灵魂,形成差异化的品牌优势。这是打造宁夏美食品牌的根本,也是让宁夏美食走出地域限制的核心所在。”

采访中,臧新宏建议,文旅部门可以邀请作家和业内人士系统梳理宁夏美食的文化脉络,让每道美食都有故事可讲、有文化可寻,推动文化元素全方位融入美食创作与经营,打造美食文化IP。

银川市兴庆区政协委员孙吉鹏则认为,长期以来,宁夏的旅游路线多以自然景观、人文古迹为主,美食只是旅游的“附属品”,未能形成“美食引客、美食留客”的效应。相关部门可以统筹规划美食文旅融合线路,结合宁夏各地的旅游资源 and 美食特色,打造银川塞上风物体验线、吴忠黄河早茶风情线、固原六盘山民俗美食线、中卫沙坡头黄河美食线等特色美食旅游线路,将美食打卡点与景区、民宿、乡村旅游点串联,实现“以景带食、以食促景”。

针对当前宁夏厨师行业面临手艺失传、年轻人才断层的问题,李昇建议由文旅部门牵头,建立宁夏名厨大师工作室,鼓励名厨、非遗代表性传承人收徒传艺,将师徒传承纳入职业技能认定体系,同时建立餐饮人才激励机制,举办常态化的宁夏餐饮烹饪大赛,提升餐饮人才的职业荣誉感和归属感。

“宁夏美食可以在坚守传统风味精髓的基础上,大胆探索和应用复合成熟方法,创造出更多兼具地方特色与时代感的新作品。”扬州大学旅游烹饪学院副教授王荣兰表示。

黄河淌韵,贺兰蕴香;烟火人间,风味长存。当黄河岸边的美味香飘得更远,每一位品味宁夏味道的人,都能从唇齿留香间,读懂这片土地的深厚底蕴,感受塞上江南的独特魅力。



宁夏美食手抓羊肉。



黄鹤楼饭庄的红酒枸杞焗羊排。

“老银川家常菜”创始人胡永前厨艺不减当年。