



中华贪食纪： 早饭吃饱，一天过好

每个地方的早饭，报出名来都是一串单口相声。

□ 记者 | 阙 政

几个月前，一张名为“热干面加油”的漫画曾令无数人眼湿——“热干面”躺在病床上，一墙之隔，围站着为他着急、冒汗、流泪的“煎饼果子”、“虾饺”、“肉夹馍”、“生煎馒头”……武汉封城时，一位热干面店老板依然坚持开业，冒着生命危险也要让人们在大清早就能吃上一口热腾腾的热干面。因为在她看来，吃一碗热干面开启一天的生活是常态，她想传递一种信心：只要有热干面吃，生活就还能回到正轨。在武汉，吃早饭被称为“过早”，带着一种仪式感和尊重——早饭吃饱，一天才能过好。

你家有“地标早饭”吗？

煎饼果子 = 天津，虾饺 = 粤港，肉夹馍 = 西安，生煎馒头 = 上海……

漫画里的早饭大军令人倍感熟悉又温暖，自家的早饭自己认领，绝不会搞错，就好像一提到驴肉火烧就是山东，烤包子就是新疆，筒仔米糕就是台北，胡辣汤就是河南，甜酒冲蛋就是长沙，伦敦糕就是顺德，簸箕板就是闽西客家，熏猪肉对夹就是内蒙古赤峰，鸭血粉丝汤就是南京……有部纪录片叫《早餐中国》，拍了两季足足70集，就没有一集是重样的。早饭之成为城市地标，名

气之盛，大概不会输给黄鹤楼、大雁塔、东方明珠或者故宫。

老天津会告诉你，狗不理包子那都是给游客吃的，真天津人最离不开的早饭，还是煎饼果子和锅巴菜，并且煎饼果子里放火腿肠放生菜的那都是邪教，他们只认鸡蛋和果子果篋儿，就是油条或者薄脆。鸡蛋的用途不但是增香，还能参与排队——从前都是自己带着鸡蛋去煎饼摊儿，排队的时候往那儿一搁，什么时候摊主抓起了你的小鸡蛋，你也就等到了你的煎饼果子。

至于锅巴菜，老天津一定会念成“嘎巴菜”——一样是绿豆面煎饼，不给包果子，而是晾凉了以后切成条，浇上一层卤子，就成了风味迥异的嘎巴菜。嘎巴菜的卤子做起来十分费力道，需要先将葱姜下锅炸透，再混以麻酱调和成卤，难就难

煎饼果子。

