



## 中国好吃稻米图鉴

□ 整理 | 吴雪 制图 | 刘绮黎

中国在很长的一段时间里是传统的农耕国家，食米文化源远流长，南北方大米亦有差别。那么，中国最好吃的大米都在哪里呢？我们一起来看看吧。



新疆

### 新疆米泉大米

米泉大米在新疆人口中一直享有极高的口碑。

米泉大米的制作工艺每一道程序都异常严谨、细致，各种营养素含量较高，因为米泉大米品质好，在市场上日渐走俏，目前不仅占据了以乌鲁木齐为中心的新疆市场，还开始逐步销往上海、北京、西安等国内大中城市，2003年出口到中亚国家。

### 宁夏珍珠米

宁夏有塞上江南的美誉，种植稻谷历史悠久。

宁夏珍珠米颗粒饱满，米质油润、味道香甜，富含蛋白质、脂肪等成分。用其蒸成的米饭，粘而不腻，洁白晶莹，是中国大米中难得的佳品。

### 云南省遮放贡米

云南最出名的大米，因其清香怡人、口感软糯，一度被奉作皇家“贡米”。

最顶尖的遮放米只能在一个叫允午的村寨种植，离开这里，味道就会有所差异。遮放贡米具有一种原始的芳香，咀嚼间满口芬芳如谷神在舞，由于产量有限，过去这种稻种在一段时间里曾经销声匿迹。

### 河南省原阳大米

产于河南省原阳县。

原阳县土地肥沃，昼夜温差大，盐碱地赋予了大米先天的碱性，种在经过黄河水淤平改良后的土地上，造就了原阳大米的独特品质。原阳大米香味十足，大米的蛋白质、淀粉以及铜、铁、钙等微量元素含量均高于国际有名的泰国香米。



南海九段线  
本地图为示意图