



馕，是新疆人喜爱的主要面食之一。摄影 / 刘绮黎

清炖肉是当地常见的做法，将剁成小块的新鲜带骨羊肉清水下锅，水开撇去浮沫后，转小火加盖焖煮。肉好了以后，清炖肉剩下的肉汤，则是烹煮粉汤的重头戏。

以羊肉汤为汤底，加入切片的羊肉、西红柿、木耳、蘑菇、菠菜、红辣椒、白菜叶等配菜，再以葱姜、香菜、胡椒粉、花椒粉、

新疆碳水里还有一种点心，常年稳居新疆年节必备炸物榜首，它就是馓子。

摄影 / 刘绮黎



香醋等调味，烩成一锅。最后加入切成小块，均匀透亮的绿豆凉粉，加热煮熟，这碗粉汤的滋味，本地人最爱用的形容词是“窜得很”（形容口味丰富）。

新疆碳水里还有一种点心，常年稳居新疆年节必备炸物榜首，它就是馓子。馓子不是新疆首创，它以糯米粉或是面粉搓成细绳，挽曲如环，入油锅炸成金黄色，香酥无比，为南北之通食。《名义考》云：“绳而食之，曰环饼，又曰寒具，即今馓子。”

在新疆，凭借有团圆寓意的造型和干脆酥香的口感，馓子是年节时当之无愧的C位，也是每一位新疆妈妈都会做的点心。炸好的馓子先盘成圆形，再通过精准的重复，层层加高，最终码出五六七八层高。有些人家还会特意炸制造型宽薄、不太规则的扁馓子，和圆馓子盘到差不多高度，对称摆放，周围分布着麻叶子、江米条、小麻花等其他小巧的炸食。

泽普人的下午茶，则是各种特色点心组成。这里盛产奶制品、蜂蜜、坚果、水果及水果制成的果干，当地人总会将其与小麦混合制成各种各样的特色点心。于是，远方的游人也可以选择在这里的茶馆，买一壶奶茶或者果茶，攒上一盘糕点，听着当地