



市话·米粉桂林

市话·米粉桂林 / 姚古 著

责任编辑：张 见

版面设计：张 蕾

© 2025 by Gu Yao

Published by

Dixie W Publishing Corporation

Montgomery, Alabama, U.S.A.

<http://www.dixiewpublishing.com>

All rights reserved.

No part of this book may be reproduced in any form or by any electronic or mechanical means including information storage and retrieval systems, without permission in writing from the publisher. The only exception is by a reviewer, who may quote short excerpts in a review.

本书由美国南方出版社出版

• 版权所有 侵权必究 •

2025 年 12 月 DWPC 第一版

开本：244mm x 170mm

字数：200 千字

Library of Congress Preassigned Control Number: 2025950125

美国国会图书馆预编目号码：2025950125

国际标准书号 ISBN-13: 978-1-68372-781-1



作者简介：

姚古，瑶族，广西临桂人。著有文集 24 卷，集诗词、散文、小说、长篇、剧本、美食、书画、歌曲、武术于一体，计 500 万字。

目录 Contents

上篇

01、米粉拌匀谓之和.....	1
02、溜米粉	11
03、三斋打擂	12
04、米粉的汤	14
05、逮马老板	16
06、板刀米粉	19
07、胡子过桥	22
08、担担米粉	23
09、公鸡生蛋	26
10、酱油拌饭	27
11、米粉老四样	28
11、米粉板路多	29
12、乡下人吃米粉找不到头.....	32
13、喝井水不分你我 吃米粉各自开钱	34
14、在桂林第一家“米粉学校”教学的日子里	35
15、下重手	37

下篇

第一章 桂林米粉的板路	39
第二章 桂林卤味米粉“四大件”的制作.....	87
第一讲：怎样熬卤水	87

第一节：卤水的类型.....	87
第二节：卤水的熬制.....	88
第二讲：怎样炸锅烧.....	94
第一节：选料及褪毛.....	94
第二节：过冷油关.....	94
第三节：过热油关.....	95
第四节：注意的事项.....	96
第五节：锅烧炸不好的原因.....	96
第三讲：怎样炸豆子.....	96
第一节：炸豆的程序.....	96
第二节：豆子炸不好的原因.....	97
第三节：花生牛肉相克吗.....	98
第四讲：怎样炸牛肉巴.....	98
第一节：制作程序.....	98
第二节：油的运用.....	98
第三节：每天大火的安排.....	99
第四节：卤味米粉的配伍.....	99
第五讲：特别提醒注意.....	100
第三章 桂林米粉电影、电视文学剧本	
电影文学剧本《三斋打播》.....	101
电视文学剧本《激情似火的岁月》（上）.....	199
《病树前头万木春》.....	242
《激情似火的岁月》（下）.....	285



上篇

01、米粉拌匀谓之“和”

米粉，是桂林著名的地方小吃，时至今日，她的盛名，已经有了“桂林山水甲天下，桂林米粉亦甲天下”之誉。桂林人吃米粉吃了两千多年，但有研究桂林米粉的作者讲，在地方志上，却找不到有关的记载，这个事让人感到很奇怪。其实原因并不复杂，因为古时候，米粉不喊米粉。就和面条宋以前不喊面条，而是喊“不托”、“索饼”等等。而且宋以前面食皆称“饼”，比如饺子喊“汤饼，”馄饨喊“煮饼”，馒头喊“蒸饼”，烤制出来的就喊“烧饼”。

早在四千年前，我国的西北先民，就用黄土高原的小米，制作出了米粉，估计口感不是很好，开始名字喊“乱积”。一锅米粉榨出来，堆在一起，所以就喊“乱积”啰，名称也体现出它原始的雏形。从这个原始的名称中，也可以看出米粉历史的悠久。

后来，这一技术从黄河流域传播到了长江流域，长江流域的先民用大米来制作米粉，从质量到口感都有了很大的提高，这时候米粉就改名喊“粢”了。所以现代汉语把“粢”解释为优质大米。

到了秦汉时期，米粉的名称又有了新的变化，改名叫“糲”。但现代汉语把“糲”解释为干饭，其实就是干米粉。汉·崔寔《四民月令》里头讲得很清楚，“五月多造糲，以供出入之行。”干饭是现煮现吃的，而且不能存放好久，尤其是热天，放久了就馊了。那么在南方，有使吗食品既能存放又不变质，同时又方便携带行军打仗呢？那就是干米粉。



所以“糲”就是干米粉，也就是所谓的“干饭”。为使吗要“五月多造糲”呢，因为江南开始进入梅雨季节，多造糲也在情理之中。

到了唐宋，米粉改名叫“米缆”，米粉榨出来像一根根绳子，这个名字很形象，而且比“乱积”有文采多了，毕竟唐诗宋词是中国灿烂文化的一页，渗透到美食文化，自有她亮丽的一面。

不过到了元朝，米粉又喊成“米糲”了，究竟是使吗原因，暂时还搞不清楚，会不会是因为元朝入主中原，或者是跟语言发音有关系呢，这个还有待研究。

到了明清，米粉又喊成了“米线”，从米缆到米线，从中可以看出米粉在工艺上的进一步提高。

桂林从汉元鼎六年建城以来，从汉朝到隋朝，喊始安县。从唐朝到清朝，喊临桂县。从1913年到1940年喊桂林县，1940年以后才喊成桂林市的。所以桂林市井把桂林米粉算成百年史（从1913年算起）而把“桂林人吃米粉吃了两千多年”视为胡说八道，当他了解了米粉的演绎过程，晓不得会不会改变其观念。

据专家考据，小麦起源于西亚，后传入中国，并逐步取代了粟和黍两种小米，成为中国北方旱作农业的主体农作物，形成了现今中国“南稻北麦”的农业生产格局。目前已见报道的有关早期小麦遗存的考古发现多达数十例，这些新发现的考古证据显示，至迟在距今4000年以前小麦已经传入到中国境内，而且很有可能早至距今4500年。

其实北方人并不是不吃大米，而是因为古代北方大米产量低，产地少，大米是属于富贵阶层的食品，老百姓无缘享受它罢了。

把米春粹磨细，南方人喊“粉”，北方人喊“面”，比如北方喊“麦面”，南方人就喊“面粉”。抗战以前，桂林人不喊米粉，而是喊“米面”的。这也不奇怪，因为桂林的先民，多是由西北、中原的移民组成，米面的这一称谓，也在情理之中。娘子关下的阳泉城，一路小吃铺都有“米面”的招贴。

王幼辉先生回忆在xxx家中吃午饭的文章《xxx家的“午宴”》里，有一段这样的文字“……一人一碗陕西米粉。陕西米粉不是面条，但做得像面条……”其实就是米面。米面是一种把大米加水磨成的浆，用旋子做成像粉皮的薄片，再切成细条而成，有的地方也喊河粉的食品。

而米粉的名称，是抗战爆发之后，桂林由一个只有七八万人口的小



城镇，一下子涌来了几十万全国各地的难民，在地方文化的交流、交融中产生的，这也是顺理成章的事情。

西安凉皮有两种，一为米皮，一为面皮。凉皮历史悠久，传说源于秦始皇时期，距今已有两千多年历史，相传有一年西户县秦镇一带大旱，稻谷枯萎，百姓无法向朝廷纳供大米，有个喊李十八的用大米碾成粉，蒸出米皮献给秦始皇，秦始皇吃后大喜，命每天制作以食用，形成了久负盛名的传统小吃。

西北人不是以麦面为主食的吗，哪子凉皮又“久负盛名”呢？原来春秋、战国时期，农作物的脱壳技术还十分落后，当时的人对麦子还不是十分喜欢呢。

米粉的名称，从乱积到米线，它记载在《周礼·天官》、《释名》、《齐民要术》、《事物纪原》、《唐书·艺文志》、《宋氏养生部》等等古典文献里头，搞清楚了它的来龙去脉，就不会再为桂林地方志里找不到米粉的记载而感到困惑了。米粉名称的变异有时也容易把人搞迷糊，于是在其他方面也出现了歧异，比如石磨，汉以前喊碓，汉以后才喊磨，所以后人就质疑秦还没得磨，哪来的米浆，殊不知是名字在搞鬼。

有趣的是，制作“乱积”，是用蜜和水来稀和米的粉，可能最早的米粉，还是属于甜食噉。到了制作“粢”，才改用冷却的肉汤来稀和米的粉，如此看来，粢是非常高档的米粉。先秦时期，制作米粉的工具，其中有一种是牛角钻孔，把稀和的米浆倒入牛角中，让其流入开水锅中煮熟，捞出食之，很可能这就是最早的原汤米粉。正因为有牛角这一工具，所以才派生出了米粉是瑶族同胞兄弟发明的这一民间传说。

麦子虽然自西而来，但汉代以前麦的主产区却是在东方，即黄河下游地区。自战国开始，主产区才开始由黄河下游向中游扩展。秦始皇统一百越，把米面制作技术从长江流域推广到了珠江流域，兴安得修灵渠的便利，兴安人很可能就是最早掌握“米面”制作技术的桂北先民。可以讲，兴安——是桂林米粉的发祥地，但不是发源地，它的根，还是在黄土高原。从西北地区官亭镇出土的四千年前用小米做出的米面，也进一步证实了米粉之根在黄土高原。

常言道：兵马未动，粮草先行。秦国地处偏僻，又频繁地发动战争，在当时交通极不发达的情况下，靠后方向前线提供粮食是很不现实的。所以秦国采取的是“就地征粮”的策略，部队打到哪就在哪征粮。秦军



攻打百越，征收的都是大米，用大米制作米面，这也是顺理成章的事情。

这里再强调一遍，米粉这一制作技术，是由秦军征战百越时，从黄河流域传播到珠江流域的。而桂林人的功劳，是在经营米粉的过程中，把米粉做到了极致，创出了“桂林米粉”这一金字招牌。

桂林有位文博专家，通过多年的研究，应为“由于古人的记载有误，或者是个别古籍作者在考据、理解等方面的差异，对于秦代桂林郡的具体地点，竟长此以往还存在歧义。有人认为秦桂林郡不是设在今天的桂林境内，而是设在今桂平县或者今贵港市（原贵县）境内（此为“南说”）。但也有不少记载始终把落脚点放在今天的桂林市区域内，亦即今桂林市区或者兴安县溶江镇七里墟的那座大城里——也就是历史上一直提到的“秦城遗址”（此为“北说”）。实际上，桂林郡是秦王朝在岭南地区开置的第一郡，它早于南海郡、象郡的建立时间，如果说秦始皇三十三年是岭南三郡完成的最终年限，那么桂林郡的兴建之际就是秦朝五十万大军蠢蠢欲动之时，而且桂林郡是在统一六国后的原楚国地域上建起来的。不难想象，如按今所见《中国历史地图集》标识的地点在桂平、贵县去寻找，客观上讲不通，事实上也不可能。因为当时那是越人的密集活动区，在战火纷飞、刀光闪烁的战地里，深入敌后纵深近千里，置生命于不顾，放下武器去筑城，激烈的战场上允许这样做吗？！而且秦军由北往南进攻，推进是逐步的，‘三年不解甲弛弩，使监禄无以转饷……而越人皆入丛薄中与禽兽处，莫肯为秦虏，相置桀骜以为将，而夜攻秦人，大破之，杀尉屠睢，伏尸流血数十万。’在这种惨烈的格杀缝隙间，怎么可能到敌人后方去构筑一座城池？况且司马迁一再说是建了桂林郡，又建南海郡，再续建象郡，这进攻的节奏与步骤是明摆着的，也是符合常规的，不存在任何的假设……”因此说桂林人吃米粉吃了两千多年一点也不夸张。桂林人把米粉讲成是桂林人发明的，这是爱屋及乌情结，无可厚非，哪个不热爱自己的家乡呢。

民国时期桂林的普通老百姓穷，基本上是吃两餐的，晌午就吃米粉，夜晚才吃米饭。有钱人夜宵也是吃米粉，因此自古以来桂林米粉的销量还蛮大的。北方的拉丝面和南方的生榨粉，面皮和切粉，红烧牛肉面和牛腩粉，打卤面和卤味粉，炒面和炒粉，凉面和凉拌米粉，其实就是孪生姐妹，只是讲前者用麦面为原料，后者用大米做原料罢了。桂林炒片粉和广东沙河粉的炒烩工艺，有着异曲同工之妙，也证实了秦文化对百



越地区影响的深远与辽阔。

老桂林人喜欢把桂林米粉比做一副象棋，为使吗要比成象棋呢，因为桂林米粉是经历过一场战争产生的。老桂林人还喜欢讲“米粉拌匀谓之‘和’”的话题，天时不如地利，地利不如人和，和气生财，为使吗呢，因为秦始皇发动对百越（岭南）的战争是一场统一战争。桂林米粉，一场统一战争的产物，当我们了解了米粉的历史，有关“和”与“象棋”的话题，你就不难理解了。

秦文化在桂北地区影响广泛，全州的红油米粉十分出名，你要是得了点感冒之类的小毛病，啣一碗红油米粉，辣出一身大汗，感冒立马就好了。它之所以有这等功效，就得力于“全州三辣”。全州三辣就是辣椒、大蒜和肉姜，这些都要感谢秦始皇，他派五十万大军来统一百越，初来乍到，水土不服，很多将士患上了“脘腹胀满”的毛病，就是上吐下泻，严重的是要死人的。呐。

秦军驻扎在全州的郎中，就让将士们喝紫苏汤，喝姜茶，吃泡椒，病就好了。所以桂林周边县城人都喝油茶，但全州人喝姜茶。煮姜茶的锅，有耳有嘴但没得盖，就是秦军传下来的一种“鼎”。当年秦军“围鼎而食”，喝姜茶也是围锅而饮。兴全灌火锅，就是“围鼎而食”的缩影。桂林周边县城的辣椒丰收了，制成干辣椒，但全州拿来泡酸辣椒。秦国是战国时期最早掌握制作豆腐技术的国家之一，如今全州五香豆腐干是著名的地方特产，这些都是秦军留下的非物质文化遗产啊，这又是题外话了。

但须一提的是，辣椒是外来物种，原产南美，十六世纪传入中国，也有传说讲是郑和下西洋带回来的。秦汉时期，中国只有花椒没得辣椒，元朝还禁食辣，如果辣椒没有传入中国，可能辣味不会在中国美食中占有一席之地。

关于米粉的问世，还有一种讲法，相传秦始皇在兴安挖灵渠，后勤部队驻扎在全州地区，有一年冬天，一个将士病倒了，伙夫给他一碗稀饭喝，将士是西北人，吃惯了面食，吃不惯大米，就发脾气把稀饭倒在桌面上，稀饭很快就冷却凝固成片状。伙夫来收碗，见状觉得可惜，就用菜刀把米粥片割成条状，配上辣椒油吃了，感觉味道不错，这就是最初的所谓“切粉”。并得到启发，就把大米磨成浆，像压榨面条一样榨出米面来，于是米粉就问世了。

汉元鼎六年，桂林建城以后，米粉就成为桂林先民的主食之一，两



千多年来，长盛不衰。广西是个产米粉，吃米粉的大省，但桂中、桂南、桂东、桂西都是吃干米粉，唯有桂北地区人吃生榨米粉，尤以桂林为最，这也印证了广西米粉制作技术最早是由桂北人掌握的，桂林米粉有着悠久的历史。桂林米粉是从卖担子米粉发展起来的，从担子到摊子，再从摊子到铺子这一过程，有了铺子，最终才能形成镇子，桂林米粉为桂林城的发展，也是立有功劳的。桂林市郊米粉店村就是个例子。

西汉置始安县，管辖范围在兴安、灵川一带。《灵川县志》民国十八年版点校本《物产总论》杂产项中列出：“面条一、二、三、四区能制，米粉各区皆有，红薯粉以制粉条产一区”等记载，这是最早记录明清以来米粉流行情况的历史档案，由此可见，桂林米粉由来已久，名不虚传。这也说明，讲桂林地方志没得有关米粉的历史记载，未免武断。

由“广西文化符号影响力调查及研究”课题组公布的调查结果表明，桂林米粉在“最具代表性的十大广西文化符号”中排名第九位，在“最具影响力的十大广西文化符号”中排名第八位，在“最具推广价值的十大广西文化符号”中排名第五位，三大符号中，桂林米粉都榜上有名，由此可见，桂林米粉在人们心目中的魅力所在。

首先要感谢老祖宗为桂林创下了阵子一块响当当的金字招牌，这是桂林米粉的“天时”。上千家米粉店分布在桂林市区各个角落，上万家米粉店分布在大桂林地区，这是桂林米粉的“地利”。仅桂林市目前每天就能消化掉二三十万斤米粉，这是桂林米粉的“人和”，可以讲桂林米粉天时地利人和尽占全了。

本文发表之后，不少熟读史书的读者并不认同本文的说道，并给出了两条理由。一、秦时连麦子就还没成有，哪来的米粉。问题是二千五百年前春秋的《诗经》里就有歌唱麦子的民谣，哪子到了二千三百年的战国反而没得麦子了呢，莫过没读过诗经是哪子呐。而且石家河遗址的挖掘也作出了四千年前西亚的绵羊、小麦已传播到了黄河的中下游。二、我讲秦军征战南方，把米粉制作技术从黄河流域传播到长江流域，再传到珠江流域。她们讲不对，应该是由江西传到桂林。问题是江西地处长江流域，桂林地处珠江流域，姨妈还不是外婆的女，只是讲各人的表述不同罢了。不过瓦罐汤是江西美食中的招牌菜，从前吃炒片粉是配合瓦罐汤的，看来也有点屎崽崽挂角亲。而且有文史研究者指出，米粉不界定工艺、用料，也就说不清起源，错把宋代江西当起源。在《广西通志》



里，唐军下岭南，桂林人在灵渠以米粉饷军，这个比江西早了几百年，江西粉可以寄送远人，显然是干米粉，与桂林鲜榨米粉不是一种事物。而且长沙出土过西汉时期的米粉作坊文物，西汉从秦王朝变更而来，相隔几十年百把年时间，一个事物的形成，需要长时间的积累，难道还不足以说明秦汉时期就产生米粉了。

况且我写这篇文章也不是讲空穴来风，无中生有，起码也结合了桂林的一些表面现象，比如西北人吃面条要嚼几颗大蒜，吃桂林卤菜米粉也要拍大蒜。西北人吃面喜欢蹲在地上吃，桂林人吃米粉也喜欢阵子吃的。桂林米粉品种同西北面食大同小异，加上桂林是个移民城市，有不少西北人落籍桂林，桂林传统方言发音同西北方言差不多等等。错就错在引用了“饷”二字，留下把柄让人诟病，这也是作者行文不谨慎造成的，怪不得别个批评。

反正考证是专家的事，克旧书旧报旧杂志里头翻翻翻、抄抄抄。问题是连伟人就讲 24 史有一半都是假的。通过当代的最新考古挖掘，也着实颠覆了好多传统认知。远的莫讲，就拿桂林的逍遥楼来说，长久以来都是讲它砌在行春门城楼高头，但最新考证却把它定位在城东南角，你哪子讲嘛。我们老百姓懂过鬼，只晓得在街头巷尾、田间地头刮聊天，嚼牙巴，爱听不听，你也可以骂是在坭扯卵谈、瞎卵掰。

哲人说：传统文化的研究者，如不能及时地运用考古专家们辛勤地发掘和认真研究得出的最新科学成果，那我们的某些研究，很可能会流于盲目性，甚至去作出早已过时的结论。我这篇文章是在 20 世纪发表的，那时好多考古新发现都还没成挖掘出来，读者产生质疑是很正常的事。就和“考古中国”节目主持人问专家《史记》里哪子没得甲骨文的记载，专家说司马迁没见过甲骨文一样。

可以讲桂林米粉是快餐鼻祖，桂林米粉是烹调技艺的经典，桂林米粉是大秦文化的延续，桂林米粉是民族融合的见证，桂林米粉是饮食文化的代表。

但有一点必须强调的是，桂林米粉如果没得桂林山水引领，充其量也就和各地的美食一样，属于地方名食而已，桂林山水甲天下，桂林米粉亦甲天下，首先是山水，其后才是米粉，如果没得桂林山水，桂林米粉使吗也谈不上。

而且桂林米粉还有一个致命的弱点，举个例子，20 世纪八九十年代，