



洋芋片炒坛子肉



织金宫保鸡



织金发耙拼盘



毕节烧鸡



大方官爆肉

一宴揽全域 一菜一风情

——“毕节一桌宴”从乌蒙山水走向大江南北



织金水八碗



凉菜（8道）

毕节天麻刺身
威宁生吃火腿
毕节烧鸡
毕节卤牛肉
毕节三脆
(洋芋皮、养皮、豆干条)
织金荞凉粉
毕节素凉糕
凉拌折耳根

汤品类（7道）

毕节天麻炖土鸡
织金水八碗
大方骗鸡点豆腐
金豆炖猪脚
圆子莲渣闹
酸菜豆米汤
毕节素瓜豆

热菜类（10道）

织金宫保鸡
毕节超级麻辣鱼
毕节山珍什锦
大方绣球蹄筋
纳雍糯谷猪、赫章可乐猪
大方官爆肉
威宁干锅黄牛肉
洋芋片炒坛子肉
大方豆豉炒油渣
毕节烩瓜豆

锅仔类（2道）

黄焖黑山羊
砂锅豆干

主食类（5道）

威宁火腿炒荞饭
毕节脆哨面
金沙羊肉粉
黔西牛肉粉
酸汤面耳朵

小吃点心类（4道）

毕节汤圆
织金发耙
黔西黄粑
威宁荞酥

饮料（2道）

毕节核桃乳
毕节刺梨汁



三干、辣椒面



牛肉



天麻

□ 本报记者 雷 蕾 陈燕民

21℃的夏天，是毕节递给游客的请柬。今夏，除了贵州大地指纹音乐会、火把狂欢季，一口滋滋作响的烙锅，正成为许多人跨越山海奔赴毕节的新理由。

在毕节美食版图中，烙锅地位不容小觑，素有“万物皆可烙，一锅汇天下”之说。懂行的人明白，烙锅之魂，一在蘸料，二在食材。地道、新鲜，一口便知山野本味。

洋芋是当仁不让的“C位”。威宁被誉为“中国南方马铃薯之乡”，150万亩洋芋花夏日盛放，美成花海；埋在地下的黄皮黄心洋芋，是真正的“土中金蛋子”。其内里翻沙起粉，满口是高原阳光沉淀出的纯粹薯香，不蘸料也能吃上一盘。

豆干同样硬核。作为“中国豆制品之乡”，大方豆制品制作技艺被列入贵州省级非物质文化遗产代表性项目名录，豆干获国家地理标志产品认证。碱豆干、臭豆干、葱花豆干、荞灰豆干等种类繁多，豆香裹着烟火气直冲鼻腔，鲜香让人隔三岔五就想来两口。

肉品中，乌蒙高原牛肉底气十足。低纬度、高海拔、强日照、大温差，毕节好山好水养出的牛，肉质嫩、香味醇。清晨宰杀，晚间上桌，往烙锅上一烙，粉红色肉色渐渐转褐，汁水被牢牢锁住，入口便是“鲜嫩多汁”。



天麻则是600年前的“皇家严选”。“中国天麻数贵州，贵州天麻看大方”，早在明洪武年间，大方天麻就被奢香夫人作为贡品进贡朝廷。如今，当地仍坚持深山仿野生种植。现挖的新鲜天麻切片上锅，微烙即透，入口清脆爽口，药香与焦香交融。

黄粑的传说可追溯至三国时期。相传诸葛亮南征时，为防止剩余豆浆和米饭变质，下令混合熬煮，意外造就这道美味。黄粑往烙锅上一煎，外表金黄，内里软糯香甜，颇受食客欢迎。此外，排骨、板筋、五花肉、魔芋、小瓜、莲花白等，也都是烙锅上的常见食材。

正因大多食材“土生土长、鲜采鲜制”，毕节烙锅才有了让全网沸腾的底气。前段时间，美食大V刘雨鑫打卡毕节活油烙锅，当场感叹“所有食材都很新鲜，蘸水也绝了”。评论区网友纷纷刷屏：“第一次见活油烙锅，有机会一定要去吃一顿”“毕节烙锅，yyds”。大家夸的，正是那一尝便知的新鲜味。

热辣鲜香、滋滋冒油的毕节烙锅，挑动着人们的味蕾，也让小城更加沸腾。数据显示，全市现有工商注册烙锅店3956家，年营收约19亿元，带动就业约2万人，配套及衍生产业年收入超1.5亿元。这烟火经济的底座，背后是毕节人对食材本味和蘸水灵魂近乎执拗的坚守。

四方食事，不过一顿人间烟火。但毕节这一锅，不只有烟火，更有山野的诚意。循着21℃的清凉与满城烙锅香，来毕节赴一场山野与烟火交织的舌尖之约。

一锅汇天下 鲜香引客来

——毕节烙锅「烙」热夏日烟火经济



赫章威宁豆腐烙锅 毕节图片库发（陈春忠 摄）



扫码查看“毕节一桌宴”体验店名单

·本条稿件配图作者 李 亮·