

达州汉子·热血川超——聚焦2025-2026川超

10月19日,“川超”川东赛区达州队主场迎战遂宁队,这不仅是一场精彩的赛事对决,更是一场舌尖上的友好交流。1200多名远道而来的遂宁球迷率先“浅尝”了达州的地道美食。接下来,根据赛程安排,达州队将坐镇主场依次迎战广安队、南充队、巴中队。这一波“主场连战”,让达州球迷大呼过瘾。

赛场上的较量精彩绝伦,赛场外的温情与烟火气同样动人。为让三地球迷朋友在享受体育盛宴的同时,也能一饱口福,深度体验达州美食。本报梳理了达州本土的风味美食指南,球迷朋友们可以扫描文中二维码,查看详情,然后按图索骥,感受达州独特的饮食文化与待客热情。

□记者 韩春艳 整理

达州主场将迎三路客 本土特色美食 恭候异乡球迷

双龙镇串串

在达州人的美食版图上,通川区双龙镇始终占据着一席之地。这个距主城区15公里的小镇,用30余年熬煮出一锅独特的串串江湖。

备受食客欢迎的牛肉、肥肠、冒节子、魔芋等特色卤味串串嚼劲十足,成为老饕们的必吃菜。

让人垂涎三尺的美食,除了新鲜的食材,更少不了那一锅味道醇正的锅底——祖传手法翻炒底料,香料在牛油中绽放出复合香气。



朱仙窖藏

在通川区蒲家镇的老酒厂深处,几眼黑褐色的页岩窖池静静卧着,窖壁上经年累月的微生物痕迹,像时光刻下的密码。

朱仙窖藏选的是本地产的小糯高粱,加以上好酒曲,沿用传统工艺又不断创新酿造而成。在这里,顾客不仅能品尝美酒,还可以参与酿酒,并亲手封存。



岩峰孙氏松花皮蛋

藏着老渠县味觉记忆的岩峰孙氏松花皮蛋,以“蛋体晶莹、松花清晰、口感醇正”闻名川东。制作皮蛋对原料和流程的要求苛刻:只选本地新鲜的散养鸭蛋;包蛋前12小时按比例兑料冷却,包裹时需“一搓一捏一滚”;储存时间随温度调整——夏季9天,春秋15天,冬季25天,取出后晾1个月退碱方才完成。



万源茶焗心肝

万源人喜欢研究茶焗美食这种独特的烹饪方法,其中有一道纯手工制作的市级非遗美食茶焗心肝备受吃货欢迎。

这道美食以猪肝、猪心为主料,结合茶叶、蛋黄和传统香料制作而成。其独特之处在于通过打洞、灌蛋黄、煨制等工序,使茶香与肉质充分融合,茶香醇厚,猪肝回香,猪心弹韧、金沙裹肉,咸鲜绵密,口感鲜嫩且风味独特。



景市曹家鸡

曹家酸辣鸡的讲究,藏在每个细节里。

主食材必须是散养在树林里的本地跑山鸡,以稻谷、小麦、玉米为食;处理鸡要根据鸡的老嫩调水温烫毛,再用稻草燎鸡,在不断翻转中,鸡皮紧致金黄,皮肉不易分离;烹饪需“两次下油”——第一次炒出鸡油香,第二次下油放酱料让味道渗透鸡肉;焖炖时用到景市的山泉水,再加啤酒焖,出锅的鸡肉鲜嫩多汁且不柴硬。



哏酒粑粑大刀圆子

酒香藏进麦香里的哏酒粑粑是渠县的传统特色小吃,关键配料“哏酒”需按23道传统工序酿制。哏酒粑粑外酥内软,咬开后有淡淡的酒香,回味悠长。

一刀一剝藏着扎实感的大刀圆子须选用肥瘦相间的三线肉制作,用大刀手工剝成肉泥后与配料混合反复揉搓,直至“不沾手、能成团”,再上蒸笼蒸10多分钟。等圆子冷却后切片装碗,入口绵软清香、肥而不腻。



谭氏祖传古法红油辣椒

“滋啦——”滚烫的菜籽油撞上研磨好的辣椒面,金黄的油花瞬间翻滚,裹挟着十余种香料的复合香气,在厨房弥漫开来。

谭氏红油辣椒讲究“七分香三分辣,辣而不燥,回味绵长”。炒制辣椒时始终坚持古法技艺,只选用自带醇香,且能和辣椒香味融合得更好的小榨菜籽油。

2025年,谭氏祖传古法红油辣椒制作技艺,凭借十八道精细工序、融合谭氏祖传秘制香料的独特工艺,成功入选国家级非物质文化遗产。



哈笼包子

清晨6时,熟客隔着蒸腾的白雾喊一声“来两笼”,竹蒸笼掀开,热腾腾的哈笼包子在晨光里散发着诱人的香味,这是达州人吃了30余年的味道。

哈笼包子只用前腿肉制作馅料,严格按“三肥七瘦”配比,再用高汤调馅,咬开时既能尝到鲜美的汤汁,又不觉得油腻。哈笼包子创新了酱肉、麻辣牛肉、宜宾芽菜、双椒千层肚等馅料,能满足不同年龄人群的口味需求。



茶焗心肝。