

品味中国·甘肃馆

兰州牛肉拉面：“原汁原味”走海外

本报记者 董洪亮 王锦涛 银燕

白练飞舞，银丝出锅，还未入口已香飘心头。在甘肃兰州，晨食一碗热气腾腾的牛肉拉面，人们“满福”（兰州方言，“满足、幸福”之意）地开启新一天。

黄河穿过兰州，河两岸密布着1200多家牛肉拉面对，一天卖出100多万碗牛肉拉面。从创始人马保子沿街叫卖，到伴随城镇化进程香飘神州，再到乘着共建“一带一路”的东风走出国门，有着百年历史的兰州牛肉拉面，如今“越拉越长”，丰富世界食谱。

“拉面就是兰州的”

丝绸古道驼铃声，黄河两岸面飘香。

和、捣、揉、抻、拉，如丝的拉面飞入翻滚的锅里，捞入碗端上桌，面对色、香、味完美结合的兰州牛肉拉面，食客轻咽口水，大快朵颐。

兰州牛肉拉面讲究“一清二白三红四绿五黄”：汤清，萝卜白，辣椒火红，蒜苗、香菜翠绿，面条黄亮。还有毛细、细的、二细、三细、韭叶、大宽等多种品相，宽若皮带，细如游丝，粗可直立，款款有致。

据记载，清嘉庆年间，甘肃东乡族马六七在北京国子监求学期间，从同窗河南怀庆府陈维精那里学得清汤牛肉拉面技艺，并带入兰州，后经马保子等人发扬光大。

今天的兰州牛肉拉面正是始创于马保子。他当年制成“热锅子面”，推出“进店一碗汤”，客人进门来，伙计端上一碗香热的免费牛肉汤。彼时，食客只有觉得汤好，才会坐下吃面；汤若不鲜，立马走人。

“一碗牛肉拉面，汤最见火候。”兰州牛肉拉面第四代传承人马文斌，从事牛肉拉面行业已有50年。他说，好汤不咸不腻，吃后口不发干；调制时以煮过牛肉的汤为底，按比例配上姜片、胡椒、花椒、桂皮、茴香、食盐等数十种调料和香料，熬制四五个小时而成。

如果说汤是牛肉拉面的灵魂，那么火红的辣椒，则是牛肉拉面的神儿。牛肉拉面用的辣椒，以甘肃省天水市甘谷县的辣椒为上，椒身长，皮质厚，色泽好，香而不辣。然后，佐以葱、姜、蒜、洋葱等调香，放入10多种香辛料，再用滚热的菜籽油激出独特的香味。据统计，兰州每天配牛肉拉面消耗的辣子，足有30吨。

揉面更有讲究。“面要九九八十一遍揉。”其实要做好一碗面，揉81遍远远不够，须反复揉到面里起泡，发出“砰砰”声。如此，面团有光泽，面条才发亮，抻长而不断。2021年12月，兰州牛肉拉面技艺入选国家级非物质文化遗产代表性项目名录扩展项目名录。

每天早上6点多，马文斌都会来到金鼎牛肉拉面悦宾楼。随着食客落座，马文斌来到大厅中央，现场演示牛肉拉面的控制过程。娴熟的技术，飘逸的动作，让他每分钟可做出6碗牛肉拉面。

在中国，拉面起源不一，兰州拉面名声最响。西北地区的人把拉面叫牛肉拉面，兰州人更喜欢称之为“牛大”。其他地方的人则习惯叫拉面，并且相信“拉面就是兰州的”。

从地方小吃到大众快餐

从地方小吃到大众快餐，一碗兰州牛肉拉面里藏着时代变迁。

今天的许多城市，都能看到“兰州拉面”的招牌。然而，在改革开放前，全兰州也仅有零星的十几家牛肉拉面对。直到上世纪80年代初，牛肉拉面对数量才开始剧增。

随着社会消费水平的提高，兰州牛肉拉面也面临转型升级的难题。多

数面馆属于家庭作坊，一个炉子、几张桌子，难以跟上人们对餐饮品质提升的需求。经济不断发展，生活逐步改善，牛肉拉面如何吃出时代感？兰州改善供给侧，开启牛肉拉面产业化发展之路。

早在1998年，兰州金鼎牛肉拉面将兰清阁、鸿宾楼、清雅居等老字号牛肉拉面对整合，对店面进行装修升级，制定了“八个统一”标准。1999年，兰州牛肉拉面被国家确定为三大中式快餐试点推广品种。如今，兰州正全力助推多家品牌牛肉拉面发展。

2009年，兰州本土企业东方宫被兰州市政府选定成为向全省、全国和海外推广的首家兰州牛肉拉面示范企业，被授权使用“中国兰州牛肉拉面”商标。2012年，东方宫第一家加盟店在陕西省西安市开业，500平方米的店一座难求，一天卖出近5000碗面。截至目前，东方宫已在全国开店200余家。

为适应外地市场，让更多的人了解牛肉拉面，了解兰州牛肉拉面文化，兰州牛肉拉面的外地店里有毛细、细的、韭叶等各种面形，同时还创新推出更符合消费者需求的配套美食。

截至目前，兰州牛肉拉面店已遍布全国各地，国内开店5.8万余家，年销售额超过600亿元，从业人员40万余人。

如今的兰州牛肉拉面，在增强文化底色的同时，走品牌化、特色化和规范化之路。经营者不再满足于做好一碗面，而是让面馆环境更加考究，多了诗词挂幅，多了牛肉拉面的传说故事和饮食文化。

升级就餐环境，推出“鸳鸯碗”等创新产品，打破只营业到中午的常规，提供24小时快餐服务……不断创新的牛肉拉面，随着电商和速食包装的兴起，还在开辟新蓝海。

2020年12月，甘肃省首个兰州牛肉拉面产业园建成投运。这个坐落于兰州市永登县的牛肉拉面“超级工厂”，集线下实体店连锁经营和线上预包装产品营销为一体，约20万平方米的园区内已有80余家企业签约入园，预计年产值可达百亿元。

在陇萃堂公司包装车间，研发代工生产的浓缩牛肉汤速食面、半干鲜面和日晒面正在包装中。

作为在兰州首家获得HACCP体系认证的兰州牛肉拉面工厂、首家推出“0添加”预包装兰州牛肉拉面产品的本土企业，陇萃堂联合北京肉研中心、兰州大学等高校和科研院所，组建了业内第一个预包装兰州牛肉拉面专业机构——兰州牛肉拉面产业创新研究院。

“牛肉拉面预包装产品通过精心设计的独立小包装，让人们在家就能吃上地道的‘一清二白三红四绿五黄’风味。”甘肃陇萃堂营养保健食品股份有限公司副总裁兼CEO王小伟说，创新的包装方式，拓宽了销售范围，提高了消费频次。

目前，兰州市已有预包装全产业链企业60余家，产品主要通过电商平台和省内外商超、便利店销售，2023年实现产值1.3亿元。

今年，兰州市政府出台《兰州牛肉拉面产业高质量发展三年（2024—2026年）行动方案》，提出到2026年



▼位于兰州市的5犂牛肉拉面产业园生产线。
赵雨欣 马 荀 摄



底，力争兰州牛肉拉面预包装企业累计达到50家以上，营业收入达100亿元以上，带动全产业链营业收入300亿元以上；实体店累计达到10000家以上，营业总收入600亿元以上。

“生”在兰州，“香”飘世界

兰州牛肉拉面，也是“世界牛肉拉面”。

西亚传人的小麦，多种原产“西域”的香料以及古代草原游牧民族生活必需品的牛肉，在丝路重镇兰州融汇成一碗兰州牛肉拉面。这碗面，在咸、鲜、辛辣、微麻四种基本味觉基础上，还可根据食客偏好增添佐料、配菜，“定制”舌尖上的美味，让它有了走向世界的充足底气。

今年3月，90后甘肃小伙周延的第一家兰州牛肉拉面店在瑞典首都斯德哥尔摩开业，10张桌子、40个餐位，一位难求。“最高峰时，每天卖出300多碗面。”周延说，店内所用的调料均来自兰州。目前，他在斯德哥尔摩的第二家店正在筹备中。

►兰州牛肉拉面第四代传承人马文斌正在进行拉面。
资料图片



▼今年9月，第一届沿黄九省区兰州牛肉拉面职业技能大赛在兰州市举行。图为拉面师傅展示技艺。
新华社记者 郎兵兵 摄

第一届“兰州牛肉拉面杯”沿黄九省区职业技能大赛

▼食客正在享用一碗兰州牛肉拉面。
张宇歌 摄



土生土长的兰州姑娘甘颖，2018年在澳大利亚悉尼创立了“1919兰州牛肉面”连锁品牌，并与澳大利亚大型商业地产及租赁集团合作，加速品牌扩张。目前，“1919兰州牛肉面”在澳大利亚已有多家店铺。

牛肉拉面“生”在兰州，“长”于全国，“香”飘世界，秘密在于出“兰”而不变味。道地食材是地道美食的第一道保障，得益于便捷物流，海外用户能直接从国内各大购物平台订购兰州牛肉拉面专用的调味品，使得好食材供应有时效，牛肉拉面得以“原汁原味”走向海外。

据甘肃省商务厅统计，兰州牛肉拉面已在美国、澳大利亚、加拿大、日本、新加坡、马来西亚等全球60多个国家和地区开店600余家。

不同于西式快餐容易实现工业化生产，兰州牛肉拉面离不开拉面师傅。“过去，牛肉拉面是师徒制，培养效率低，拉面人才匮乏。”甘肃金味德拉面文化产业集团董事长梁顺俭成立了兰州牛肉拉面专业技术培训中心。后来为了增加学员的实训和就业机会，又创办了“金味德”实体店，

并致力于兰州牛肉拉面的国际文化交流。

今年5月，兰州资源环境职业技术学院联合培黎职业学院、金味德拉面文化产业集团和新西兰UUNZ学院在新西兰成立了首家以弘扬中国特色饮食文化的兰州牛肉拉面研学体验工坊——培黎工坊。工坊集技能培训、趣味研学、经营用餐、文化体验于一体，突破了出海开店的传统模式，带领海外学员直接感受中餐文化的独特魅力。截至目前，工坊已举办7期“中文+兰州牛肉拉面技艺”培训班，吸引超过500多名当地学员加入。

拉面“走出去”，粉丝“走进

来”。美国作家沈恺甫首次目睹手工拉面时，就被拉面师傅的精湛手艺惊艳并吸引。之后，他专程来到兰州，进入甘肃顶乐兰州牛肉拉面职业培训学校学习拉面技术。“我们学校成立于2012年，已培训来自美国、法国、意大利、瑞士等40多个国家的230余名外籍学员。”甘肃顶乐兰州牛肉拉面职业培训学校校长李兆宏说，有的外籍学员是餐饮从业者，学成后将兰州牛肉拉面作为“新招牌”。有的学员是前来体验的美食爱好者，也有食客前来“打卡”。

制定标准、培育人才……兰州牛肉拉面携带地域特色和人文情怀加速“出海”。

甘肃省定西市：

普法形式出新 法治精神入心

张祥

律明白人”，创作并征集法治书画、剪纸、“花儿”等文艺作品480余幅（首），展出优秀作品120余幅（首）。通过“非遗+普法”的形式，将法治文化嵌入当地传统文化中，使法治宣传教育更加生动、直观、活泼。

“新媒体+普法”开启指尖新模式

“在参加一次普法宣传活动中，司法局工作人员引导我关注了‘定西司法’抖音号。我从他们发布的法律知识中了解到，农民工被拖欠工资可以寻求法律援助。”一位市民说。

播活动，解答网友们提出的法律问题，提高普法实效性。截至目前，定西市司法局4个新媒体平台累计发布文章和视频2万余条，总阅读量超10亿人次，粉丝超过百万人。

“微景观+普法”打造法治新阵地

“通过看‘小明的一生’漫画图解，我们学习到了很多跟我们生活息息相关的法律知识。”经常在定西市民法典长廊散步的吴大妈，对这里的法治宣传牌赞不绝口。

近年来，定西市秉承“寓学法于休闲中”的理念，立足多样化、细腻化，将法治文化与红色文化、地方文化、行业文化、乡村文化建设相结合，整合纪念馆、图书馆、美术馆、法治教育基地、农家书屋等公共文化资源，有机融入法治文化元素，打造各具特色的法治文化主题宣传广场、宪法公园、民法典长廊等集普法教育与休闲娱乐于一体的法治文化阵地1218个，形成“纵向到底、覆盖城乡、便捷民众”的法治文化阵地集群。

“民事行为要有效，以下几点应详知；行为能力要具备，意思表示要真实。”在甘肃省定西市临洮县洮河法治文化公园里，一声声由调高亢悠扬、千回百转的普法“花儿”民歌引来群众驻足围观。

定西市积极打造法治文化建设品牌，广泛开展接地气、润民心的法治活动，推动法治文化入脑入心、走深走实，让“法治之花”处处绽放。

“非遗+普法”擦亮法治新名片

一张红纸折叠、一把剪刀裁剪，雕镂剔剪之间，一幅幅精美的艺术剪纸就呈现在了国家级非物质文化遗产剪纸传承人党芳的手中。“自从村上把我发展为‘法律明白人’，我就尝试着把宪法、民法典等法律元素融入剪纸中，通过这种方式，不仅增加剪纸的创新性，更能让抽象的法律变得直观。”党芳说。

近年来，定西市广泛吸纳文化工作者、文艺爱好者以及皮影戏、“花儿”等非遗传承人，将他们培养成“法