

文昌优越自然环境造就地道美食 文昌鸡的味道就是家乡味道

文昌鸡，以文昌地名命名，发源地为潭牛镇天赐村，已有400多年历史，是海南“四大名菜”之首。发展至今，文昌鸡所代表的已不单纯是一道菜肴，更是一种文化的传承。

要到天赐村，先得走过一段蜿蜒的村道，路两旁的大片农田和茂密树林中，掩映着间间民房，颇有些世外桃源的味道。还未进村，便能听见清脆的鸡鸣。数百年来，天赐村与文昌鸡建立了密不可分的联系，在当地人的耳朵里，每天若没听上几声鸡鸣，便会觉得少了点什么。

当地民谚称：“文昌鸡里潭牛冠，

天赐鸡则冠潭牛。”意为天赐村的文昌鸡是文昌最正宗、最地道的文昌鸡。对此说法，村民们都感到非常自豪。一位村民告诉记者，当地的鸡如此美味，得益于天赐村优越的自然环境。

天赐村村民韩雄说，村里的年轻人出去打工，一年半载才回来一次，他们在外面吃不到家乡的鸡，所以回家的时候，家里人都会准备一道文昌鸡，“文昌鸡的味道就是家乡的味道”。

在文昌，有一句话叫“无鸡不成宴”。无论大小节日，特别是春节这样的阖家团圆的喜庆节日，每家每户的餐桌上准少不了“文昌鸡”。

当天的百鸡宴上，沙姜文昌鸡、椰香文昌鸡、荷香文昌鸡、文昌鸡饭、水

果脆爽鸡粒……100道以当地文昌鸡为主食材的菜肴，让当地居民和游客大开眼界。

“文昌鸡，上桌前最讲究就是切与摆，怎么切合适、怎么摆好看，可都是学问。”文昌市餐饮烹饪协会会长邢涛说，文昌鸡的美味也激发了当地人对美食文化的追求。如今，在国内外有10万余名文昌籍厨师，文昌也因此被誉为“厨师之乡”，顶级厨师不胜枚举。

文昌鸡除了激发当地人的烹饪热情，也同样挑起文昌等地餐饮业食材的大梁。文昌市目前有3600多家

餐饮企业，文昌鸡在全市餐饮行业中作用巨大，尤其是随着文昌市旅游业的蓬勃发展，文昌鸡已经成为国内外游客来到文昌的必点菜品。而文昌几乎所有的餐饮企业，也都有文昌鸡这道特色美食，只不过在做法上各有不同。

另外，文昌鸡在海南省乃至全国各地特别是广州、深圳等地区餐饮业中也具有不可替代的作用。广东省的传统名菜广东文昌鸡亦是以文昌鸡为主料，而分布在全国各地且人数众多的文昌籍厨师也将文昌鸡带到了全国各地的餐桌。

文昌鸡的两种常见做法

椰汁炖鸡

食材准备

文昌鸡1只（以将要下蛋的小母鸡最佳，重约1千克左右），姜丝、蒜泥、味精、白醋、白糖、精盐、老抽各适量。

制作步骤

1. 将文昌鸡处理干净，放进烧滚的清汤中翻转，使鸡身四周受热膨胀定型。
2. 改用慢火浸煮约5分钟，用铁勾将鸡提起，倒出腹腔汤水，再放入汤中浸煮，反复三四次至仅熟（不可过生也不可过熟）。离火后另放凉汤中浸泡稍冷却后取出，抹上一层香麻油，使皮色淡黄光亮，食时斩件装盘，砌成原鸡形上席。
3. 佐料调配通常有二种，一种是咸鲜味型，用姜丝、蒜茸、味精、老抽调制而成；另一种是酸甜味型，以白醋、白糖、精盐、姜茸、蒜泥配制成。另有辣椒酱备用。此外，还有一种以山茶油或香麻油调配姜丝、蒜茸、桔汁、精盐等制成的佐料，别有一番风味。

注意事项

椰子炖盅用杞子、淮山、红枣、猪肉和文昌鸡一起炖，浓浓的汤里还带着椰香味，非常清新。炖盅选用的是老椰子，香味才够浓，而且不要椰子汁，因为椰汁炖汤会酸。这个汤的关键就是取椰肉的香味。

白斩文昌鸡

食材准备

文昌鸡、大米、食盐、酱油、姜、蒜、麻油、鸡油、水。

制作步骤

1. 在处理干净的文昌鸡胸腔内和鸡身上均匀地抹上一层薄薄的食盐，稍微按摩一下，锅内放水，将整只文昌鸡放锅内，开大火煮。
2. 煮沸10分钟左右，将整只文昌鸡取出沥水。
3. 再将鸡放回锅内继续煮10分钟左右。
4. 用筷子插入鸡身上，如果筷子可以轻松地插入，拔出来没有血水，就证明鸡煮熟了。
5. 将煮好的文昌鸡捞出锅，放盘内稍放凉。
6. 再切成块上桌。

（本版策划/其月 撰稿/图片 其月 阿策）

在文昌，文昌鸡所代表的不仅是一道菜肴，更是一种文化。图为以各式烹饪手法制作的文昌鸡。

广告



2017年中国（海南）国际热带农产品冬季交易会

灵如意灵芝——活动大派送

一. 12月12日至15日，凡是在冬交会活动现场关注微信号：

“灵如意灵芝”，即可领取小礼品（小包灵芝切片、小包三角灵芝白茶、小包三角灵芝细茸茶）；

二. 活动全场产品五折出售，买三送一，满299元再送299元优惠券，多买多送；

三. 活动当天参与线上直播平台，与主播互动，即可领取神秘大礼包。

（偏远地区粉丝不能亲临现场，亦可参加活动，所领取奖品、线上购买的产品，一起随订单包裹邮寄给予您。）

儋州牧春绿色生态农业开发有限公司

官网 / web: www.zhongguojuncao.com

扫一扫转发第一篇文章到朋友圈
获得35赞

凭截图到冬交会现场领取精美手工复古笔记簿。（数量有限 先到先得）

活动地址：海南国际会展中心

活动时间：2017年12月12日至15日



灵如意
LIN RUYI

鹿角灵芝更有效

