



▲從左至右依次為：辣子雞；菌菇雞湯；烤雞。

在貴州，每隻雞都肩負香噴噴的使命

貴州，近年崛起的西南美食大省，憑藉著獨到的調味與野性的食材，俘獲了吃貨們。但當問一個地道的貴州人，他們心中貴州必吃榜上的No.1花落誰家之時，他們大都會給你3個字——「殺雞吃」。

中國西南四省市的飲食各有特色，可要說起吃雞，貴州人自認第二，還還沒人敢認第一。不管走到貴州的哪個地方，都有雞肉美味鎮場，在這裡，每一隻雞都肩負著變得香噴噴的使命。

辣子雞追求軟糯 少不了靈魂調料糍粑辣椒

雞在貴州人餐桌上的地位難以撼動。2025年的「貴州人喜愛的十大年夜菜」榜單上，貴州辣子雞雄踞榜首，黔味宮保雞丁位居第五。貴陽人打麻將都打「抓雞麻將」。

在怎麼吃辣子雞這件事上，貴州人自己都很難對齊顆粒度。

辣子雞在貴州不僅各地的做法存在差異，每戶人家也都有自己的炒法，外地人可能只能吃出一個「啊好辣」，貴州人則對於自己的偏好有著明確的想法。

貴陽人吃辣子雞，追求的是「軟糯」。土雞斬塊，過寬油至金黃，煸乾水汽，再加各種調料小火慢炒，才能達到軟糯的口感。其中絕對少不了的靈魂調料就是糍粑辣椒。乾辣椒用熱水煮軟，有單選一種辣椒，也有幾種辣椒拚配，比如花溪辣椒、遵義條子辣椒、遵義燈籠辣椒混合，再加姜和蒜一起舂爛，就像打糍粑一樣。這辣子雞既可以外面買，也可以自家炒，吃剩的佐料隔天煮粉煮麵還可以撈一勺，一碗樸素的粉麵立刻得到昇華。

到貴陽城北，陽朗辣子雞轉為猛火爆炒。雞肉先炒乾，再經高壓鍋壓熟，靈魂調料糍粑辣椒再次登場，爆炒出香氣，雞肉回鍋歷經「三翻九轉」，這盤辣子雞裹滿辣椒和香料的滋味，又把又糯，是一記「色香味」的組合重拳。

儘管靠近川渝，遵義的辣子雞還保持著貴州的靈魂。這裡的辣子雞也使用糍粑辣椒，同樣是猛火爆炒，卻不預先過油，而是生雞塊直接下鍋，要炒接近半小時，不加一滴水，就像是用油燉熟。這樣炒製的辣子雞乾香，內裡卻仍有汁水，香氣滲透進雞肉的每一根纖維，叫人拿起筷子就停不下來。

青椒也可以成為貴州辣子雞的搭檔。黔南的龍裡辣子雞就是如此，雞肉在爆炒時要加入青椒，多了一絲清香氣息。在黔西南的晴隆，豆豉辣子雞又憑藉豆豉的鮮味和發酵氣息佔據了辣子雞江湖的一席之地。

而在安順舊州，炒雞時糍粑辣椒要比雞肉多出許多，「辣子雞」也就跟著變成了「雞辣子」。辣子雞在貴州已經不單單是一道菜，而是已成為一種調味，無論走進哪家麵館、粉館，都能吃到用辣雞作臊子的粉麵。

「糍粑辣椒+雞肉」的基礎公式，還能在黔味宮保雞丁上再應用一遍。與之相比，川菜的宮保雞丁用的則是乾辣椒段。此外，川味宮保雞丁加油炸花生米，黔味宮保雞丁不加。黔味宮保雞丁要加入甜醬，這又是川味宮保雞丁不用的調料。黔味宮保雞丁爆炒出鍋前還要加入帶有醪糟的滋汁，使得香辣味辣而不猛，吃起來有小荔枝回味，怎一個「香」字了得。



▲左圖為宮保雞丁；右圖為盜汗雞。

羅甸黃豆雞是炒雞界奇兵 雞肉湯圓是本地人最愛「黑暗料理」

辣子雞和宮保雞丁這兩大王牌之外，貴州還有眾多吃雞方式。羅甸黃豆雞以黃豆的酥脆搭配雞肉的鮮嫩，是炒雞界的奇兵；桐梓確窩雞入鍋前先經歷一番捶打，去除血水雜質，又讓雞肉更加細嫩；柴火雞鐵鍋慢燉，貼一圈玉米粑粑，讓人誤以為到了東北；番茄雞讓番茄告別雞蛋，直接和雞肉搭檔，湯汁越煮越濃稠；赤水方竹筍燉雞將方竹筍的脆嫩與雞肉的鮮香融合，濃縮山野的極致之鮮；畢節大方豆乾雞又可以同時滿足肉類愛好者和豆製品愛好者。

雞肉入菜，在貴州可以按照市域劃分，比如外焦裡嫩的遵義烤雞，同時又可以細分

到村，比如六盤水茨沖村的茨沖雞火鍋，總有一款讓你心動。

如果嫌吃一大鍋雞太頂，那貴陽的雞湯飯不容錯過，鮮甜油潤的肥雞湯澆在米飯上，再扯一隻雞腿，湯湯水水加大塊肉，從裡舒服到外。

雞肉在黔西南的興義還可以入鍋製成雞肉湯圓，搭配雞湯和花生醬或芝麻醬，這是外地人驚詫、本地人最愛「黑暗料理」。

要論黑暗，涼拌雞血可是當仁不讓，生雞血凝固，變成果凍一樣的口感，與折耳根、糊辣椒、香菜、蒜米等同拌，再加醋、醬油等調味，吃一口，「打雞血」就變成了現實。



▲左圖為柴火雞；右圖為番茄雞。

清燉雞深諳「鮮」的真諦 散養名雞各具特色成就美味

在貴州，除了辣椒與雞的強強聯手，清燉雞也是不可忽視的一大派系。貴州人無辣不歡，可也深諳「鮮」的真諦。

貴州人深知，好的雞肉尤其應該清淡烹飪，最大程度釋放食材本味。黔西南貞豐的盜汗雞，用特製的盜汗鍋蒸製，下層加水，上層放土雞塊，蒸汽凝結的「汗」滴回雞肉，不額外加水卻能得到一鍋濃醇鮮美的雞湯，和雲南的汽鍋雞異曲同工。

在畢節，人們會用豬肚包住本地散養土雞，再加本地的天麻同燉，吃肉喝湯，補身體又補快樂。

還有驢雞點豆腐，閹割後的驢雞肉質細嫩，在點豆腐時加入，質樸的豆腐中有了雞肉，味道復合，口感豐富。無論是燉湯還是點豆腐，都對雞的品質要求極高，但凡在肉質或肉味上有所欠缺，就無法成就美味。

在貴州的大小村寨、集鎮，總能看到各種各樣的雞在田邊街頭悠閒散步。貴州人對雞的品質近乎「挑剔」，「走地雞」是基本款，「土雞」是入門級，而貴州各地也都有自己的特色雞種。比如興義盜汗雞，就應當選用興義矮腳雞製作，鮮味和口感才能達到水準。

貴州多山地，山間最適合散養土雞，雞既能增加運動量，保持緊致，又採食昆蟲野草，逐漸積累風味，所以貴州才能孕育出眾多各

具特色的名雞品種。

黔東南榕江小香雞，成年體重不足1公斤，肉嫩味香，不需要過多調味就好吃；遵義赤水烏骨雞全身烏黑，生長在赤水河畔山林，以野草蟲子為食，營養豐富，燉湯極鮮；安順普定高腳雞，一雙大長腿，身材健美，肉質緊實有嚼勁，適合炒辣子雞；遵義桐梓的花秋土雞，生長在高海拔山區，是做婁山關黃燜雞的首選。

此外，貴州還有清鎮麻黃雞、威寧雞、六盤水烏蒙鳳雞、石阡土雞、普安盤江烏雞、平塘烏骨雞等品種，在各自的地盤上各顯神通。

從不同吃法，到不同品種，貴州人吃雞這件事已然超越「果腹」，成為映照地域特色的一面鏡子。

每一種雞、每一道菜，都承載著貴州的山水靈氣與人文情懷，雞在貴州也就有了其他食材難以撼動的突出地位。從整鍋滿足的辣子雞，到別出心裁的雞肉湯圓，再到點綴米粉的辣雞，雞肉無論是挑大樑還是跑龍套都可以拿出絕佳表現，少了雞，貴州人的餐桌似乎都不完整了。可以這麼說，不管是外地人到貴州，還是本地人在貴州，都免不了完成全省統一動作——殺雞吃！

本版圖文均據「地道風物」微信公眾號



▲貴州夜市，人們在吃雞。