

## 海阔潮涌 上海菜对话潮州菜

比较上海菜与潮州菜,看似八竿子打不到一起,静心一想,却在相连,相似度极高呢。

粤菜三大系,东江菜、客家菜、潮州菜,潮州菜名列最后,然而论江湖地位,潮州菜叫第二的话,谁敢称第一?上海地处长三角,本帮菜夹在淮扬菜和杭帮菜之间,前者列四大菜系,后者算八大帮派,本帮菜没有任何地位,可上海菜在全国的影响力,丝毫不落后。

潮州菜以海河鲜开路,田园风光跟进,有高档有普及;上海菜以浓油赤酱为基础,集中外烹饪手段,料理全球高档食材,家常小炒农家风味则顾及市井小民。

潮州菜讲究嚼感的层次,是家庭的回味,童年趟海水的记忆;上海菜推崇口感、味觉、饱和度,是童年,是妈妈、外婆,是家,是弄堂。

潮州有三分之二的人背井离乡讨生活,下南洋者众,他们把乡愁放在味道里,带往世界各地;上海是移民城市,三分之二来自于江浙两地,整合精华是上海菜的特点,即海派特色,海纳百川。

潮州菜的冻红花蟹,是鱼饭中的高档货。取钳、脚齐全的活花蟹,用竹签从嘴角刺到底,左右转动一下,迅速杀死蟹,蒸熟

后自然冷却,斩件,摆成原形,盖上蟹盖(有条件的话,也可置冰箱冷藏)。自然清新,回甘无穷,食材新鲜,百吃不厌。上海白斩鸡集广东和绍兴白切鸡之长,选用浦东三黄鸡,入沸水烫熟,入凉水,使鸡皮脆鸡肉嫩。原料新鲜,烹饪简单,吃口爽嫩,齿颊留香。

潮州菜是农家菜的顶配版,将田园风光发挥到淋漓尽致;上海菜是农家菜的升级版,瓜果蔬豆皆成传世经典,不思下箸。

上海这座璀璨不夜城,包容智慧,应该而且必须拥有一流的潮州菜。

若丹

### 白果芋泥

白果芋泥是潮州菜的一道经典甜点,百吃不厌。食材普通,看似无甚稀奇,全凭手艺,最费时间,讲究认真。

挑选肉质干松的当地产槟榔芋头(用荔浦芋头也行),洗干净后,去皮、切片、蒸熟。放在干净的砧板上,用平放的菜刀平面去按压,边压边推,使之压成芋茸。你想要吃到没有一丝渣渣口感的芋泥,就必须要把芋头压磨的极细极细,达到广东人所说的“幼滑”的程度。因此,用菜刀侧面至少细细压磨3遍以上,才能没有一点点颗粒感。

取一口洗刷得非常干净,没有任何异味的铁锅。过去专门制作芋泥的店家,都有一口镇店铜锅。锅烧热后加入熟猪油,放一小把葱,炸香,捞出不用。再倒入芋茸,加上白糖,开小火,慢慢地不停地进行翻炒,随着芋头里的水份被不断蒸发,直到芋茸、猪油、白糖这三者融为一体,此芋泥又嫩又滑,就可装碗了。缀上几粒煮熟的金黄白果,呷一口凤凰单丛,挖一勺白果芋泥,享受一个幸福的下午茶。

波音



### 东亚潮州海鲜酒楼

东亚海鲜酒楼,位于遵义南路的上海虹桥友谊商城的四楼,会应季更改菜单,现在起到2月,是食用春菜的最佳季节,食客可以品尝一下。此外,也到了姜薯的上市季节,恰逢农历新年将至,点上一份姜薯甜汤,象征甜甜蜜蜜。

目前虹桥友谊商城停业装修,但东亚潮州海鲜酒楼仍然正常营业,喜欢潮州菜的食客春节期间可以前去感受一下经典潮州菜。

该店的原材料均是天然野生,从潮州空运至上海,如果食客想一尝潮州菜中经典的卤水老鹅头、冻红花蟹的话,需要提前致电预约。

东马

### 荐好吃

东亚潮州酒楼  
遵义南路6号虹桥友谊商城4楼  
62704691

潮堂  
南京西路1266号恒隆广场5楼502  
60677308

潮荟·经典潮州菜  
四川中路33号  
6333592

潮州府砂锅粥  
四川北路街道欧阳路57号  
66695903

阿文潮汕食府  
柳营路183号  
56388477

### 申之魅

## 一城百味

# 味蕾盛开“潮州味”

有人说上海味道是弄堂飘香,儿时味道,有人说上海味道是浓油赤酱,经典味道,有人说上海味道是时髦腔调,潮流味道……

上海是一座百味城市。近年来,海纳百川的上海,越来越多的各地美食齐聚于此,潮州菜脱胎于粤菜,却在上海,这个异域盛开的别样芬芳。

### 新贵“潮州菜”

如果将广东话精分:白话,客家话,潮州话!

如果将广东菜也精分:广府菜,客家菜,潮州菜!

其中潮州菜最珍贵,站在了食物链的顶端。

美食家蔡澜先生的“死前必食”菜单上,潮州菜就占了其中两个席位!现在吃货们聚会,不少人第一选择就是吃潮州菜。近年来,越来越多的上海食客纷纷迷上了潮州菜。潮州菜,原料新鲜、健康、天然,追求食材本味,对食材天然鲜味的追求,接近苛刻。

与京菜、徽菜很早就来沪不同,在上海,开业于上世纪90年代的东亚潮州海鲜酒楼堪称鼻祖,近30年经营史,让潮州菜,成为了上海美食中重要的一部分。不少上海食客和潮州菜的初次邂逅,就在这里。那么,为什么潮州菜会倍受青睐呢?

潮汕东临大海,水网密布,河海水产丰富,也带来了河流冲刷与沉淀下来广袤平原,给予了潮汕地区农

耕的优越条件。因此,整个潮汕地区丰富的物产及多样性的食材,构成了潮州菜重要的基础条件。

在潮汕的饮食文化里,会特别注重时令与新鲜度,尊重食材的天然属性,应季而食,所以在潮州的饭店中随着季节更换菜单也成为了一种独特的特点。

潮汕地区靠海,世代捕鱼,故而时至今日,潮汕人依旧推崇海中捕获的生猛海鲜,形成了非常根深蒂固的对“鲜”的执着。

### 顶配“农家菜”

潮汕人日常饮食文化中,有四种是肯定有的,潮式卤水、潮式生腌、潮式小炒,还有被称为潮州“打冷”。什么叫做潮州“打冷”,就是把各种食材蒸熟,尤以海鲜居多,等凉冻后沾香蒜油或普宁豆酱吃,风味别致,格外鲜美。如今的潮州菜,冻红花蟹、鱼饭、生腌咸虾蛄,还有“卤鹅”,都是潮州特色菜。

潮州菜对食材的品质有着苛刻的要求,故而坚持将当地的新鲜食材空运送往上海,带来了潮汕地区新鲜的海鲜,蔬菜。冻红花蟹蟹肉清甜,入口奇鲜,肉质丝丝分明,萝卜炖牛腩,萝卜水嫩,入口即化,牛腩酥软,手打牛肉丸弹性十足,弹牙脆口,干煎沙尖鱼,鱼皮焦香软糯,鱼肉细腻清甜,芋头番薯更是细腻、柔润、香甜无比……

### “味道”守护者

谈及潮州菜,那就不得不说东亚海鲜酒楼的老板——郑照棠,今年72岁,是中国最大的羽绒制品商人。上个世纪90年代初,改革开放的政策利好让一批港商来沪投资,其中不乏祖籍潮汕地区的人,可是在上海始终吃不好,对于潮汕人来说,吃的不好,比任何事情都难过,为了让同乡吃好,促使他要把乡愁带过来,让上海这个国际化的大都市有正宗的潮味。在上海虹桥地区第一家潮州菜饭店——东亚潮州海鲜酒楼,选址就在当时外商最多的友谊商城。

潮州人对吃的迷恋简直到了疯狂地步,所有的原材料均从潮州运到上海,大到鲜活的鱼、虾、蟹,小到一块姜薯,一颗芥菜。潮州菜,以最新鲜的食材,成就了至味的口感,以最朴实的料理烹饪方式,在上海这座城市的味蕾上,经久不衰。

陈骏



图片处理 王公坚

