

ShenJialu

启东美食中的移民故事



沈嘉禄

专栏作家

Columnist

爱好美食和收藏

上个月终于有机会前往启东，在参观中国第一个农业股份制企业——通海垦牧公司旧址时，再次为清末状元张謇带领数千民众在“高天大海间一片荒滩”上开疆拓土，垦荒耕植，创造沧海桑田的现代神话而感慨。如果没有张謇，启东和海门的今天，是不可想象的。

启东的朋友告诉我：启东目前在籍人口有110多万，许多是移民的后代，五湖四海的结果便是方言十分复杂，相隔一条河可能就有极大的差异。启东大致流行着2种方言，至今还有10万人在使用密码一般的通东话。

在启东的人间烟火中，飘缈着几代移民筚路蓝缕的故事。虽然尚处禁渔期，但饭店里照样能端出一道当地的海鲜（冰鲜）。吕四渔港来的梭子蟹，可红烧或葱姜炒，但当地人以隔水清蒸为待客上品，剥开蟹壳，满膏满黄，鲜香扑鼻，蟹肉丝丝缕缕肌理分明，吃进嘴里有甜鲜味，连酱醋也

不必蘸。带鱼也是启东人的骄傲，堪与东海带鱼PK，身手好的厨师偏爱以油浸古法炫技，滚烫的砂煲里，四指宽的带鱼段在热油中滋滋作响，撩一块递入口中，舌尖一抵，骨肉分离，满口腴肥。

今天，沙蒜在上海人的饮食经验中演化为一个传奇，没想到启东也有沙蒜，当地人称为沙参，喻其营养丰美。尤以吕四港所出最佳，农家风味，与豆腐红烧，或者做成白汤豆腐羹，味道都很好，那种狂野的鲜美，非语言能够形容。而且启东人慷慨，沙蒜下得很猛，不像上海的台州餐厅，一桌子人在豆面堆里捞沙蒜。

还吃到了燻鸽。作为一种古老的烹饪技法，燻的前提便是在老卤中添加香料、中药材和老菜油，用现代人的话来定义，就是一种相当中国的

低温料理，在江苏也是活化石般的存在，我吃过燻鸭、燻鸡，而启东的燻鸽，味道与色泽似乎更加古老了。

启东人利用滩涂沙洲养殖小海鲜已有较长历史，我们吃到的花蛤、文蛤、蛏子、泥螺等，品质相当不错。葱姜炒泥螺，起锅前加一把小尖椒，味道真好，醉泥螺脆糯兼具，不比邵万生的差，下酒送粥都是极好的。芋艿蚬子羹也是挡不住的美味，而蚬子肉炒韭菜是冰啤酒的绝配。

启东还是著名的蔬菜种植基地，疫情期间外省支援上海的牛心菜、辣椒、黄瓜、番茄等蔬菜中，

很大一部分就承载了启东人民的爱心。这次我们也极认真地品尝了这些蔬菜，仿佛是为了不能忘却的记忆。

香沙芋艿、双胞山药、富硒香芋是启东有名的“地产三宝”，尤以王鲍镇所产最佳。香沙芋是芋艿中的爱马仕，质地细腻，营养丰富，口感极佳，一煮便酥，久煮不烂。双胞山药

是沙地山药，沙地的土质特别适宜这种植物的生长，酥软香糯，唇齿留芳。富硒香芋中的聚糖能增强人体的免疫力，有解毒、滋阴等功效。吃起来又像栗子，甜鲜清香。我更爱启东的沙地芋艿，清水白煮，剥皮而食，盐都不必蘸，一口气吃上十几个。葱油芋艿和芋艿烧扁豆这两道家常菜也给我留下深刻印象。

山药种植对土壤要求很高，我在焦作和徐州等地了解到，山药起获后，土地要休耕一年。而启东农民却用塑料管道种植山药，随着山药苗的蹿升随时增加营养土，收获时用高压水枪冲去管道中的泥土就行了。所以启东的山药每一根都是笔直的，颜值超高。沉淀后的泥土还可回收，至于芦笋、黄瓜、番茄等，早就实现了无土栽培，口感相当不错。■

在启东的人间烟火中，飘缈着几代移民筚路蓝缕的故事。