

住寂寞，钻出沙滩东张西望，似乎有志于远方，渔家孩子熟悉它的性情，一逮一个准。

这家店的厨师用白灼古法治之，蘸辣酱、酱油均可，鲜嫩、爽滑，诚为下酒妙品。不过厨师告诉我，望潮的肉质偏硬，就这样直接下锅白灼，肯定不会好吃，须事先给它们做按摩、摔打，半小时后待它们彻底躺平，进入“娇无力”的状态，投入沸水锅里一余捞起，再投入冰块之中使之收缩，这样才获得爽脆弹牙的口感。

广东的八爪鱼在个体和形态上与浙江象山的望潮相似，也是海滩上的精灵小弟。其实八爪鱼就是小章鱼，性格更加倔强。沙姜炒八爪鱼是潮汕、广州等地的一道美味，我在广东湛江也多次吃到。八爪鱼也得用“马杀基”，手势有讲究，有打有摔，时轻时重，起码一刻钟的伺候。如此这般，猛火炒出来的八爪鱼才够嫩滑，够爽脆。

在上海浦东很多小酒馆里，八爪鱼作为下酒菜的价值得到了吃货的认可。白灼后浇上甜椒酱，甜甜酸酸的味道，就是醒酒神器。在日料店里，也有芥末小章鱼一碟前菜，这种小章鱼都来自东海，不是日本福岛的。

香港美食家蔡澜在《八爪鱼》一文中提到：“广东人则爱把八爪鱼晒干了，拿来和莲藕及排骨煲汤，煲出来的汤呈紫色，北方人不会欣赏，说颜色有点暧昧。在韩国，把八爪鱼斩成八块就那么上桌，蠕动着，生吃起来八爪鱼吸在你的嘴壁和舌头上，爱吃的人不觉恐怖。”我在韩国有一次吃章鱼火锅，一只章鱼奋力顶开锅盖，从火山爆发般



上图：冰镇三门脆望潮。摄影 / 沈嘉禄

“六月黄”的高光时刻刚刚结束，梭子蟹就迫不及待登场了。



下图：低温膏蟹。摄影 / 沈嘉禄



的鱼汤中耸身一跃，成功越狱，害得满屋子人都去追捕这个逃犯。

蔡澜还说：“滚一锅水，放红豆去煮（八爪鱼），这都是古人的经验，八爪鱼遇到红豆水，就会变软。”

海蟹和蒸与焗，都是水与火的合谋

“六月黄”的高光时刻刚刚结束，梭子蟹就迫不及待登场了。梭子蟹，在上海菜场里被叫作白蟹，有别于青蟹和膏蟹。小菜场的卖蟹人强调：梭子蟹的公蟹才能叫白蟹。

广东人做白蟹很有经验，他们多取生焗之法，取一砂锅，爆香蒜

子和姜块，将白蟹原只铺排在上面，每只蟹壳上堆一勺海盐，压紧盖，猛火焗一刻钟，最后在砂锅边缘浇一圈玫瑰露酒，一定要天津出产的那种才有浓郁香气。看蓝焰妖娆跳舞，满屋飘香，开盖后刮去蟹壳上的盐，每人得一枚，剥开蟹壳，比清蒸更紧实，也更鲜甜。

广东厨师还擅长焗鲜鱿。砂煲内下猪油，煸炒姜米、蒜粒和五花肉片出香，喷一点白兰地，让香气“尽飞一会”。然后将三四头切成圈圈的鲜鱿丢下去，在猪油的滋润下，鲜鱿本香被激发出来，氤氲而起的那种甜鲜气息令人陶醉。

用这个方法也可以做油盐水焗海钓大黄鱼，但必须用湛江农村油坊里榨出来的花生油，它有一种特别的肥腴和脂香。

浙江三门青蟹的名声在上海吃货中如雷贯耳。三门青蟹古称“蟳”，又叫“蛸蟀”，在宋以后的古诗词中并不少见，最有名的要数苏东坡《丁默公送蛸蟀》，其中有一句：“堪笑吴兴馋太守，一诗换得两尖团。”偏安江南的高宗皇帝是个大吃货，吃过青蟹不过瘾，还让御厨做了“蛸蟀签”。在清朝乾隆年间，三门县已有人开始养殖青蟹。如今三门青蟹的养殖面积和产量都创下历史新高，据说养殖面积已达十万余亩，从业人员有三四万之众。

早在台州菜来上海试水之前，主妇们对它就有所知晓了，在菜场里难得一见，色呈蟹青，壳薄螯大，体壮饱满，价格自然也是凡品所不能及。不过买到就是福气，吃到足以傲娇。青蟹的烹饪无外两种，清蒸和葱姜炒，现在也有饭店加豆面煮上一锅，算是鲜花着锦。民间美