

的鲜香味。

品尝湛江菜，海鱼是主角。我还品尝了江香煎白鲳鱼和清蒸湛江曹白，曹白鱼与东海常见的鳊鱼一回事，鳊鱼腌制后就叫咸鲞鱼，鱼汛时，市场里也有新鲜的鳊鱼，一般取清蒸，欣赏它的本味，在鲜嫩度上，我认为比养殖鲢鱼更佳。湛江的鲳鱼个体不大，但肉质紧实，以香煎之法，同样也是加了几片五花肉，可以吃到鲳鱼的本味，比上海人爱吃的干煎带鱼更胜一筹。宜哥还送了一盆香煎沙尖鱼给我们，尖嘴巴的小鱼，脆脆的，骨头都能吃。

有一次我在海南岛上吃到了一款酸汤鱼。刚刚出水的海鲈鱼洗净斩块，加入鲜鲍、鲜贝、大明虾、小鲜鱿等辅料，再加入没有完全成熟的洋桃和罗望子，让食材本身的酸味来提鲜，使这锅海鲜汤特别爽口，喝了还想喝。上海人对罗望子比较陌生，但提到泰国菜，就不能不说罗望子，这货状如豆荚，味道酸中带甜，成熟后的豆荚呈红色。泰国果农摘去荚子后挤压成一块块的砖头状，即可在市场上待沽。

西施舌与海蛎煎，最后一碗太平燕

鱼蟹虾之外，开捕之后登上饭桌的还有贝类。在福州某私房菜馆，一款鸡汤氽海蚌给我留下深刻印象。这道传统名菜是以鲜海蚌尖为主料，在鸡汤内氽熟即可。海蚌质地细嫩，雅称“西施舌”，仅在淡水交汇处的海水细沙中生长，而福建的海蚌尤以长乐漳港所产者质量最佳。挖取蚌尖后，每只片成两片，入锅



上图：白灼小海螺。
摄影 / 沈嘉禄

氽熟时，水温掌握和时间控制十分严格，不足则软，过分则老。成菜色泽洁白透明，并无画蛇足的搭配，全凭海蚌自身的鲜味赢得食客的赞誉。每人一小盅，蚌尖鲜嫩无比，汤色清澈，相当可口。

当地的朋友说，福建菜重汤，每席往往要上五六道汤，这大概是南闽一带素来燥热，人体需要更多水分所致吧。

贝壳类家族中还有赫赫有名的牡蛎，比如生蚝和海蛎子，前者生食，配威士忌一流，海蛎子在南方城乡用来做海蛎饼，也叫海蛎煎或蚵仔煎，在福州、厦门街头随处可见。在上海、海门、启东则有蛎黄炒蛋，是相当美妙的童年记忆。

此前我从一部专题电视片里得知，道地的海蛎煎要用未在水中浸

泡的“珠蚝”做原料，洗净后加入鸡蛋、山芋粉、蒜白，调以味精、细盐、白酒等，搅匀放入热锅，两面煎透，起锅后放入酱料和香菜。后来到了泉州，当地朋友找到一家榕树下饭店请我吃饭，其中有一道海蛎煎，则是挂糊后下大锅油炸的，外脆里嫩，外观和口感都类似日本的天妇罗。

我再介绍一道在厦门吃到的白灼特大红螺。这家饭店的红螺来自附近海域，因为水质清洁，品质就很好。这种红螺每只约150克，有美艳的条纹与炫目的色彩。厨师建议以白灼一法治之，几分钟后红螺上桌，灼好后挑出螺肉，剪去尾巴后再塞回螺壳，置于冰屑上跟蘸料上桌。我试了一只，质地厚实，嚼劲恰当，有海螺鲜香款款升起，在法国小席拉的配合下，不失为一道鲜美爽口的小海鲜。

最后，简单地说一说沿海地区鱼产品加工，比如福州的太平燕，鱼丸与燕皮馄饨、鹌鹑蛋等一起煮后盛碗饕客，包心鱼丸是用鲨鱼肉和鳗鱼肉剁泥后，加入山芋粉捏成小饼，包了猪肉馅后团拢来做成的。在街头的大榕树下，我常能看到呱呱啦啦聊家常的女人们边做边入锅中，捞起就卖。她们动作飞快，犹如闪电，成品每个有上海浦东的菜肉汤团那么大，吃两三个管饱了。这款小吃因为寓意吉祥，故称“太平燕”，如果碗里有两只燕皮馄饨的话，也叫“双太平”。至于燕皮，大家都知道了，是用猪腿肉掺番薯粉层层敲成。一尝，包心鱼丸很有弹性，肉馅鲜美含汁，燕皮馄饨外滑里松，可以吃一大碗。关键点一是价格亲民，才十元钱一碗。☞

下图：汕头菜场里的各种鱼丸虾丸，都是用新鲜的鱼获做的。
摄影 / 沈嘉禄

