



沈嘉禄

专栏作家

Columnist

爱好美食和收藏

冬天吃羊肉，是习俗也是信念。真如老街上有几家羊肉店，我去那里走访亲友，会买两盒白切羊肉带回家分享。闵行七宝的白切羊肉也不错，一直高挂于游客的必吃榜上，蘸甜面酱吃，味道端的细腻，如果再来一大杯高度白酒，浑身舒泰，额头沁汗，在桥头一站，豪气冲天。青浦赵巷的烂糊羊肉也有名，大锅煮到肉酥皮不烂，趁热吃，蘸苏州虾子酱油，鲜美无比，我一个人可以吃一大盆。卖烂糊羊肉的多是夫妻老婆店，家家都有秘诀，投料、火候、时间、老汤，全凭经验，不肯外传。有一老板说，以前用柴灶烧出来的羊肉味道最香。

寒冬腊月，北风劲吹，谁也不会拒绝一碗红烧羊肉面。宽汤，面细，头势清爽，青蒜叶一撒，最能慰藉职场奔波人的心。作为面浇头的红烧羊肉，必须在天亮前烧好，用大砂锅保温，一碗面，一碗“红羊”，过桥制式，食客先用羊肉佐“小炮仗”（瓶装土浇），再用羊肉汤拌面，

经济实惠。三十年前家住浦东，我经常在东昌路一家面馆吃红烧羊肉面，老瓦房、白墙头、八仙桌、长条凳，蓝边大碗，明厨亮灶，羊肉肥瘦搭配，用稻草扎成十字，一大盆新切青蒜叶放在柜台上，随便加。顾客与服务员交流时多带川沙口音，后来这块地上拆了旧房造高楼，面馆不知所终。

在高桥吃过红烧羊脚骨。据说羊肉最膻臊的部位不是腰部或羊头，而是脚骨，真不知道什么道理。但高桥的厨师烧羊脚骨有本事，烧好后一点膻味都没有。当地人相信，吃了羊脚骨，越冬后就会有好脚力，老年人下楼梯腿不打颤，青年人挑担疾走，十里之内不会喘气。有关节炎的人连着吃几次，也会有明显改善。

在金山张堰镇一家饭店里我吃过白煮羊肉，一大盘上桌后发现跟了几只羊脚骨。羊脚骨只有

海门红烧羊肉

薄薄一层皮，没多少肉，但喝酒的朋友喜欢啃它。当地人也说，吃羊膝有利于强健筋骨。白煮羊膝有点膻味，不过好一口的吃客也有道理：羊肉不膻，女人不骚。

上海饭店所用的羊肉多从崇明来。而崇明的羊又大多来自启东、海门、太仓、泰州、苏州藏书等地，西南方向则有湖州、嘉兴、台州、诸暨、宁波，那里有农场或渠道。

海门羊肉以带皮红烧驰誉遐迩，凝聚着启海人的浓浓情怀，并成为游子的乡愁。羊肉在启海，似乎是南北文化交汇交流的形象代言。在民俗学

意义层面，数百年来启海人一直把羊腿作为礼尚往来标志性土仪，在宴客的酒席上如果没有一锅足以代表主人赤诚之心的红烧羊肉，是绝对说不过去的。

去年夏天在启东采风，时机不对，与羊肉擦肩而过。上周与朋友在长安路一幢老房子里的丽筵餐厅吃饭，终于吃到了

凝聚着启海人的浓浓情怀，并成为游子的乡愁。

名传遐迩的海门红烧羊肉。他家老板娘从家乡请厨师来烧，一口大锅，两只羊起烧，连皮带肉剁块后入锅，投入调味和香料，不加水，啤酒代水一次加足，加盖后用文火炖上两个小时，方能使羊肉表皮软糯，骨肉不脱，香酥腴美。有许多客人吃了叫好，再点一份打包回家，回锅加热后又可过把瘾。

红烧羊肉在家里也可做，我试过多次，总觉得做不出那个醇厚滋味，除了食材和技术的原因，关键点就是分量少，汤汁的浓度不够。这家餐厅的红烧羊肉一锅可分装二十五份，入冬后每天要烧好几锅。北风呼号的冬夜，一家人团团围坐，此时有一锅红烧羊肉坐在桌子中央，那股逗人食欲的香气一下子涨满了整个屋子，那是妈妈的味道，记忆中的味道，极具情绪价值的味道。[图]