

“三鲜”的朋友圈



沈嘉禄

专栏作家

Columnist

爱好美食和收藏

群众认为：在消费领域，餐饮业最能提供乐观向上的情绪价值。

所以在拉动内需、刺激消费的形势下，本帮馆子也像滚雪球一样多了起来，据说外环以内就有两千多家。不过我以为，极大多数本帮馆子并没有迭代创新的意思，都是靠几样浓油赤酱的骨子老菜撑市面。当然怀旧的食客也喜欢这个味道，你要是没有酱爆猪肝、草头圈子、虾子大乌参、糟钵斗、粉皮大鱼头，以及号称23秒出锅的油爆虾，他们就不肯坐下来。

另一方面厨师与食客也产生了危机感，你看中华大地上的各帮各派菜肴纷纷抢滩大上海，连客家菜、傣家菜、土家菜都来轧一脚，粗陶盘子咚地一下上来，大家仿佛就满血复活了。后来墨西哥、巴西、尼泊尔、越南、摩洛哥等国家的馆子也来分一杯羹。本帮菜再不伸拳踢腿，以后恐怕连插锥之地也没啦！

除了一些老字号在坚守阵地，新开豆腐店打着本帮大旗争抢地盘的也如过江之鲫，有些老板自知实力有限，不如寻根溯源，祭出小葱肉皮汤、什锦大冷盘、老八样等。老八样指白斩鸡、酱鸭、走油肉、扣蛋卷、炒三鲜、汤三鲜、干切咸肉、红烧河鱼等。老八样是以前川沙、南汇、奉贤等“乡下头”红白筵席的基本模式，但并无严格定例，有时候也会根据季节与东家经济条件平替几样菜式。但请列位看官看仔细了，炒三鲜与三鲜汤占据老八样的四分之一，可见三鲜是本帮菜中非常重要的角色。

在我小时候，跟着大人去饭店打牙祭，炒三鲜或三鲜汤是少不了的。三鲜比喻庞杂，内容丰富，角色齐全，有肉圆、鱼圆、小排、爆鱼、猪爪、肚片、水发肉皮以及少量作为配角的蔬菜，乱哄哄地一大盘，像一部七大姨八大姑济济一堂的肥皂

剧，吃得大家心花怒放。

三鲜汤的思路也突出一个“杂”字，主料辅料相仿，只不过有粉丝和绿叶蔬菜垫底，加高汤一锅煮，吃了这样吃那样，你还有什么不满足的？

过去有些饭店做三鲜汤，材料不够了，就到冷菜间里随便抓点卤鸭、白斩鸡凑数，所以形容某人一件事情办得不如意，也叫“烂糊三鲜汤”。

我老家弄堂里有一老克勒，过去是煤球店小开，他上馆子从来不点炒三鲜和三鲜汤。他说在万恶的旧上海，这路菜都是给黄包车夫吃的。“南阳桥有家小毛饭店你知道吗？以前专门到大饭店收集冷羹残炙，回锅后卖给她们，美称炒三鲜。开锦江饭店的董竹君，她也会将剩菜卖给小饭店，小饭店回锅后再卖给吃包饭的穷学生。”

我们是穷人家，不忌讳这种臭规矩，家里来了客人，老爸就差我拿着饭锅子去八仙桥鸿兴馆买一只三鲜汤，只需五角钱，主客一桌吃得其乐融融。

除了炒与汤，浦东还有蒸三鲜：鱼圆、肉圆、蛋饺、爆鱼、猪脚、肉皮等一起排列在大碗里，同样以焯过水的大白菜垫底，上笼得白菜酥烂，扣在大盘子里，碗里的浓汤收稠后兜头一浇，巨无霸风格让浦东人民眉开眼笑。

三鲜汤还有豪华版，那就是什锦砂锅，材料相差仿佛，下料或再猛些。但砂锅一上桌，场面就格外隆重起来。建国中路有一家砂锅饭店，在我读中学时就有了，毕业后与同学去打牙祭，水牌上写着砂锅大鱼头、砂锅咸肉豆腐、走油肉砂锅、大白蹄砂锅、砂锅老鸡、砂锅老鸭，最经典的当属什锦砂锅。我们四个人，四只冷菜，一只什锦砂锅，六瓶啤酒，四碗白饭，吃到爬不动。四十多年一晃而过，砂锅饭店已经搬到马当路了，但生意照样火爆。📍

形容某人一件事情办得不如意，也叫“烂糊三鲜汤”。