



令人垂涎的美味羊蹄

一千多年前唐代宰相韦执谊被贬海南，发现琼北火山地区土地肥沃，资源丰富，于是向村民传授农耕知识，因地制宜养殖黑山羊。多少年后，这里羊群遍野，被人们形象地称为“羊山地区”……又多少年后，这里养殖的甕羊美味传天下，连带着黑豆腐、燕稞等当地风味小吃，一起成就了别具风味的火山大餐……



鲜嫩的石山羊肉串

在海南,羊餐是仅次于海鲜的另一大美味。与北方盛产的牛羊肉不同,这里的羊吃百草长大,肉质细嫩,全然没有一般羊肉特有的膻味。岛上有名要数东山羊和石山甕羊,论名气或许位居“四大名菜”的东山羊会更大一些,但在岛上,食客们最常吃、也最认可的却是石山甕羊。在海南、广东一带,专门经营石山甕羊的羊餐厅在短短十余年间发展到数十家之多,石山地区从事这一行业的人数达到二三千人。在羊餐的带动下,石山地区盛产的黑豆腐、阉鸡、燕稞等风味食品,以及荔枝、杨桃、龙眼等热带水果,现在都成为餐桌美味。

石山羊餐别一家

几十万年前的火山喷发,给琼北方圆几百里留下了一层厚厚的玄武岩,这一带因此被称为石山。唐代宰相韦执谊被贬海南就居住在这一带,他发现这里尽管石头遍地,但却土地肥沃,资源丰富,于是向村民传授农耕知识,因地制宜养殖黑山羊,后来,这一带因盛产黑山羊又被称为“羊山”。

“羊山”养羊,无论是养殖方式或喂养饲料都非常不一般。在这里,羊被圈养在石头垒起的羊圈里,终年不见太阳,当地人形象地将这种羊称为“石山甕羊”,“甕”即堵塞,“甕羊”就是形容在小房间里饲养的羊,这样的称呼非常贴切。

石山地区生长着 1400 多种植物,其中上千种可入药。当地农民务农结束,在田间地头随便摘一把灌木,回来就是甕羊最好的食物。这些甕羊吃百草长大,尤其爱吃“玉叶金花”、“红藤草”和“福建茶”这些在当地被称为“羊草”的植物,加之常年圈养,使得羊肉皮薄肉嫩无膻味。

石山甕羊也因此成为当地一大名产。每年春节刚过,海南岛就迎来最热闹的“公期”,当地人会用最丰盛的食物欢迎亲朋。在石羊,甕羊当然就是待客最好的美食。当地传统的吃法是“打边炉”,即炉中一锅清水加上简单的葱、姜等调料烧开后,直接放入腌制过的甕羊块煮熟即可。吃时按喜好蘸上用什锦酱、桔子、酱油等调制的蘸料,羊肉的鲜嫩爽滑顿时尽现唇齿间。

四里八乡的亲朋对羊山人的“公期”念念不忘,更多是对那一锅美味的甕羊汤。上世纪九十年代,受此启发的羊山人陈耀晶开了一间叫“荔湾酒家”的羊餐馆,试着把家里“公期”里待客的美食放到酒店经营,没想到大受食客欢迎。陆续地,羊山人开始在海口、广州等地开设羊餐厅,经营羊餐厅成为当地一大支柱产业,据当地政府估计,年产值可以达到几千万元。

现在,陈耀晶在火山口公园里经营的羊餐厅依然是公园最大的特色,不少食客甚至就为了享受一顿羊餐专门驱车而去。

最传统的“打边炉”一直是最受欢迎的一种食法,“打边炉”一般会选用 20 多斤重的乳羊;而三四十斤重的中等羊,最适合用来干煸或是红烧;再大些的五六十斤的公羊,最好的食法是白切,这样的羊肉咬起来会更有劲道。

借鉴外地的做法,一些羊餐厅还推出了羊肉串,这种羊肉串选用精瘦肉制成,味道鲜嫩口感好。最有特色的是羊肠炒火山酸菜,这种酸菜类似江南一带雪里红,是用本地小芥菜制成,只需加入配料后腌制一二日就可,颜色依然保持着芥菜的青绿,味道很特别。

羊山美食天下知

在羊餐的带动下,黑豆腐、燕稞等本地风味食品也开始走出羊山地



羊山有很多特色小吃,图为鸡屎藤。



羊山美食



风味独特的燕稞

火山美食别一家

文\海南日报记者 杨春虹 图\海南日报记者 李幸璜

区普通平常百姓家。

其中,用火山黑豆制成的黑豆腐不但味道独特,听说还具有软化血管、补肾养血等功效,成为羊餐厅的另一大招牌菜。看惯了超市里的白嫩豆腐,乍一看这种有点发黑、做工又略显粗糙的豆腐,第一印象一般不会太好。但只需轻轻掰开一闻,一股豆子特有的清香,马上就会传过来,令人想起过去那些原汁原味的食物。

黑豆腐或用来与羊肉一起“打边炉”,或是清炒,豆香浓郁,口味纯正。吃过的食客,下次再到羊餐厅,首先要点的就是这不起眼的黑豆腐。

黑豆腐也是羊山人过“公期”必吃的食品之一。这些出产于火山地区的黑豆,种植或是采收都很不易,产量也非常有限,羊山人很少会把这种黑豆拿来对外出售。只有遇上关系要好的亲朋,才会从缸里舀上一小袋作为礼物。积攒下来的黑豆,要在“公期”里制成黑豆腐招待亲朋。所以,黑豆腐也就显得更为珍贵。

燕稞其实是海南各地非常普通的传统小吃,乡下逢有人家生孩子,亲朋都会制作一担燕稞送上门祝贺,但火山地区的燕稞与其他地方相比却更胜一筹。专门研究火山文化的本土学者蒙乐生说,羊山地区制作这些食物的时间或许比岛上其他地方更早,经验也会更独到;更重要的是,火山地区土质肥沃,又富含丰富矿物质,出产的糯米米质非常好。

在火山地区的羊餐厅,燕稞也是食客必点的小吃之一,每天至少要制作数百个才够供应,最多的时候甚至要 2000 多个。陈大姐在羊餐厅制作燕稞已经很多年。问起制作燕稞的诀窍,陈大姐的回答很实在:没什么,就是料足而已。陈大姐制作的燕稞馅料种类丰富,有白糖、红糖、冬瓜糖、椰子丝、花生米、白芝麻和肥肉丁,用揉好的糯米面将馅料包好后,再放在准备好的香蕉叶上轻轻卷成一个小圆柱形,放到蒸笼里一蒸,馅料的香味与香蕉叶的香味就充分融合在了一起,吃起来软糯甜香。

除了招牌菜,其实火山地区出产的美食丰富得很,香煎土猪肉、炖椰子阉鸡、槟榔花坡鸭汤以及种类丰富的野菜,风味独特而又营养丰富。

原生态的健康美食

行走在火山地区,仿佛就是一个石头的世界。石屋、石墙、石凳……更令人称奇的是坐在火山屋前的老人们。海南是有名的长寿岛,百岁老人其实并不稀奇,稀奇的是这里的老人,七八十岁都不见长老人斑,皮肤仍然显得细腻。

究其原因,有学者认为或许与他们的食物有关。羊山地区缺水,但在火山石下却蕴藏着丰富的优质矿泉水,从石头堆里冒出的“冷泉”,是优质的矿泉水;这里尽管到处是火山岩覆盖,但由火山灰和玄武岩风化土构成的土壤含有丰富矿物质,使得这里生长的荔枝、龙眼以及各种蔬菜也都营养丰富,味道可口。

即使到现在,现代人谈之色变的农药残留量一说,在这里几乎不是一个问题。因为羊山地区自古就有“地无三尺宽,土无三寸厚”之说,很少有大片的田地。能够增收增产的现代农药,在这里的用处似乎并不大。火山人原本土地就很少,不可能进行批量生产,所以大家都非常精细地管理着不多的田地,享受着延续千年的健康生活方式。

火山地区多达上千种可以入药的植物,不少也是火山人家餐桌上的一味食品,比如被日本人称为神仙菜的半边红,据说可以用来治疗心脑血管病,在这里其实是一味平常的野菜;略带毒性又能够入药的山撈叶,在这里仅仅就是人们用来打边炉的一味普通野菜……

几十万年前的那场火山喷发,形成了可观可赏的神奇火山口,顺带着还有一大批健康、生态、美味,又别具风味的火山美食。