



海口街头特色小吃猪脚饭。

换个花样吃米饭

文 \海南日报记者 杨春虹

喜面食的北方人,把普通面粉发挥到了极致;从最普通的面条、饺子再到各种各样的烙饼、酥饼、馅饼,五花八门、品类繁多,把原本普通得不能再普通的面粉,吃得好似美味之源……

喜米饭的南方人,也把米的制作发挥到了极致。派生出来的米制品如米粉、米线河粉等再演绎出来的美味就不说了,光是简单的米饭,南方人就能吃得“兴高采烈,不亦乐乎”。

就以海南来说,不光有早已名闻世界的大名鼎鼎的海南鸡饭,还有老百姓一日三餐不离不弃的猪脚饭、牛腩饭、地瓜粥、芋头饭,别具风味的菜包饭,以及少数民族风味的竹筒饭、五色饭……

难怪古罗马诗人波西葛斯会慨叹说,肚子发展了人的天才,传授人以技术。

最草根的米饭

在海南的饭食大家庭中,最有名的自然是海南鸡饭。经过新加坡等地大厨、才子们的包装和推广,海南鸡饭甚至成了新加坡的国宴。在东南亚一带,海南鸡饭就如同美国人的肯德基,成为当地人最方便、也是最受欢迎的美食。

与海南鸡饭在东南亚一带的响亮名头相比,鸡饭在老家海南就显得相当朴素和低调了,如果不是到东南亚亲眼目睹海南鸡饭的壮观,不少老海南甚至会怀疑海南鸡饭的名头是不是有人故意炒作起来骗人的。

在海南,与鸡饭同样出名甚至更为流行和草根的,却是猪脚饭、牛腩饭。

在海口老街一带,不少看上去并不起眼的小店,就因为做得一手美味的猪脚饭和牛腩饭而顾客盈门。这些小店不需要太多的招牌和宣传,有的甚至没有店名,就在店前立一小块“本店经营猪脚饭、牛腩饭”的牌子就可以了。因为店前面煤炉上放着的两大锅热气腾腾、香味四溢的猪脚和牛腩,已经是小店最有力的广告和招牌。有经验的食客,只需凭着这两口大锅散发出的隐约香味,就能够判断出这家店是否值得一试。

一碗油饭、一碗猪脚或是牛腩、一碗酸菜清汤成就猪脚饭和牛腩饭成为最具地方特色的“海南快餐”。

观看店家的制作过程是品尝美味的开始:店家会根据食客需要,把早已烹制好的猪脚或牛腩切块放入漏勺,通过漏勺,猪脚或牛腩会再一次也是最后一次重回那口给予它们无比美味的大铁锅,然后,汁水饱满的猪脚或牛腩就算正式“毕业了”。这时,店家会从大铁锅里打出一小勺卤汁浇在早已盛好的油饭上,配着刚才出锅的猪脚和牛腩就可以上桌了。

食客吃猪脚,吃油饭,待吃得差不多了,可以把猪脚里的那点卤汁再浇到油饭上,这时油饭会更够味。或者就直接再找小妹要一碗卤汁浇下去。但卤汁虽好却千万不能贪心,倒不是店家小气,而是卤汁太多油腻过了,倒了胃口反而品尝不到猪脚饭的神奇美味。

快要吃完时,店家会不经意地送上一碗酸菜清汤。喝上一口,已经吃得有点油腻的味蕾会感到一阵轻新和快

意,不但解了油腻,普通的酸菜汤也顿时变得美味起来。

油饭、猪脚、酸菜汤,一个堪称经典的组合。现在很难考证这样的组合起自何时,只知道一经组合,它们就完美地融合成为美味的猪脚饭,从此再也不曾分开过。

在海南,猪脚饭和牛腩饭是最普遍也最受欢迎的正餐。海南民间不少俗语都表达了这种喜欢:如自古以来,海南就有“老人爱猪脚,小仔爱新衣”说法,在生活贫困的年代,老百姓希望“经常有猪脚嚼,不枉人间来一圈”。

在烹饪上,猪脚饭和牛腩饭中的猪脚、牛腩一般都采用红烧,烹调方法与其他地方相差不大,只是更注重下料酒及加八角、茴香等大料。而且红烧后文火慢炖,使炖出的猪脚、牛腩味道醇厚,汁浓味香。

在经营猪脚饭和牛腩饭的小店里,一般还同时经营猪杂、牛杂、五花肉、芋头梗子、酸竹笋、炒空心菜、西瓜皮、酸菜等各种海南特色家常菜。

最健康的组合

在生活贫困的岁月里,猪脚饭和牛腩饭是海南老百姓用来开荤最好的美味。在生活日渐富裕,不少人开始担心胆固醇、脂肪肝的时代,原本是由于粮食短缺而发明出来的地瓜粥、芋头饭,如今反而成了食客眼中的健康美食。

过去生活贫困,缺少少油的海南乡下老百姓于是用番薯掺和小米一起煮成地瓜稀饭作为主食。其实这样的食法一开始或许仅仅是为了节省大米,现在看来,海南气候炎热,夏季漫长,在炎热的夏日,煮熟置凉后的番薯粥,在清凉中透有一股番薯淡淡的甜味,也是一样爽口的美食。

地瓜稀饭的煮法还是有讲究,如果采用北方熬粥的方法肯定就不行。一般是将新鲜番薯洗净,有的还要去皮,切成粒状,候煮大米的水烧开后片刻后加入番薯粒,煮到大米“透心熟”后即可。这样可以慢慢“逼出”大米的香味,又不至于使稀饭太过粘稠。反之如果煮到看起来刚刚好,再经过尚存热气的作用,这样煮出来的稀饭就很粘稠,吃起来不爽口。

而用海南盛产的芋头与米饭一起煮食,是本地人喜欢的芋头干饭。做法是先将芋头去皮洗净切成块,一般2斤优质大米配2斤芋头和一只椰子,米淘净后先同芋块放在一起煮成米饭。椰子肉刨成椰丝,加入适量蒜泥、精盐,用手拌匀。芋饭煮熟后倒入干净的容器内,再倒进拌和好的椰丝,用筷子搅拌均匀,乘热用菜刀将芋饭中的熟芋头划碎,使芋头、米饭与椰丝粘在一起,这时,用饭铲将芋头饭按实按平,再用菜刀切成方块状装盘上桌,椰肉、芋头米饭香味相辅相成。

或许是因为盛产椰子被称为椰岛的缘故,现在更受外地人欢迎的其实是一种被称为“椰子船”的饭类,甚至在北京、广州等地的海南酒店里,椰子船也被作为必备的海南美食出现。

椰子船的制作一般采用老椰,因其含油量高,椰奶味香浓。在老椰椰壳顶端破开直径约5-6厘米的圆形缺口,再用锋利小刀在椰壳缺口处把椰子切开一个方形缺口,保留其中的椰子水。然后按椰子大小放进适量新鲜糯米和紅

糖后,再将原来切出的方块椰肉封准原来位置覆盖缺口,用削尖的竹篾别牢后煮熟。吃时轻轻破开“椰子船”外壳,像切西瓜一样,将椰肉横切成两半和竖切成象扁舟形状的几小片,香糯可口的味道不亚于八宝饭。

最风味的饭食

在海南各地,一些别具风味的饭食也非常受食客欢迎。其中就包括定安的菜包饭。“菜包饭”是把肉、菜、饭混在一起,用菜叶包着用手捧吃,这种吃法类似马来人,又有些汉堡的味道,别有一番风味。

清末拔贡生莫家桐在《定安乡土志》中有这样的记载:“正月初三祭赤口吃菜包饭。”可见定城人吃菜包饭的习俗至少已有一百年的历史。

竹筒饭是海南黎族群众出门携带或是招待客人时才制作的米饭,与云南傣族的竹筒饭颇有些类似。最大的区别在于黎族竹筒饭采用的是海南当地特产的山兰稻,因此也就更具卖点。

黎族竹筒饭的制作一般是将山兰米洗后,浸泡约半小时,捞起,加精盐、味精拌匀。猪瘦肉切成肉片,用老抽、生抽、五香粉腌制、用花生油爆锅,将肉片翻炒熟,出锅待凉后切成肉粒。取新鲜青竹,每节锯开一端,洗净晾干,用猪肉抹拭竹筒内壁,将调好味的山兰米同瘦肉粒控匀,分两等份加进两节竹筒里,再加入适量清水,最后,用干净香蕉叶捆扎封堵竹筒口,放进火炭烤或微波炉中烤至竹皮成炭色即熟。

苗族五色饭是海南苗族群众制作的一种极富民族特色的饭,在农历“三月三”民间节庆之时,几乎家家制作。五色饭有红、黄、蓝、白、黑五色,都是用野生的独特植物汁液作为天然色素拌在米中,并放进特制的木蒸笼中蒸制而成的。五色饭色彩鲜艳,清香可口,是开胃去火的清凉佳食。

现在,苗家五色饭已经改良为三色饭,有红、黄、黑三色,分别取色于新鲜植物红菱、黄姜和三角枫。苗家三色饭的清香不仅能够给苗家儿女带来喜庆的节日气氛,对外地游客而言,也是一次独特的味觉和视觉体验。

正如钱钟书先生说的,“一碗好菜仿佛一支乐曲,也是一种一贯的多元,调和滋味,使相反的分子相成相济,变作可分而不可离的综合。”海南的鸡饭、猪脚饭、牛腩饭、菜包饭、竹筒饭、五色饭等又何尝不是这样,原来全不相干的东西,“偏偏有注定的缘份,像佳人和才子,结成了天造地设的配偶、相得益彰的眷属。到现在,他们亲热得拆也拆不开。”



夜晚,海口街头摆卖的白鸽炖盅饭。具有海南特色的牛腩饭。



海南特色美食椰子饭。