

味蕾的记忆最深刻,于是,地方特色美食之于游子,是浓浓的乡愁;之于过客,是一个地方最明显的标签之一。

万宁的美食刻着怎样的印记,又飘出什么样的味道呢?有人闻到了海的味道,有人感受到山的味道,有人嗅到阳光的味道,有人品出了风的味道,也有人觉得那是时间与人情的味道。

在那些看似寻常的食物背后,隐藏着一串串密码,咀嚼品味之间,它们将带你打开了解万宁的一扇扇门,那门背后是万宁迷人的风土与人情。



龙滚菜。



端午话粽。

杨师忠 摄



港北对虾。

传统霸主 名扬天下

代表:东山羊、和乐蟹

如果把海南美食界比成江湖,那么万宁的东山羊、和乐蟹算是早早奠定了自己的江湖地位,海南四大名菜中的这两席可不浪得虚名。

午后来到东山岭脚下,在潺潺流水的东山河边,很容易邂逅毛色乌黑发亮的东山羊在悠然吃草。这些来自原生态东山羊产销农民专业合作社的东山羊,早上在养殖基地里享受过人工喂料,下午则是它们的自由活动时间。

“东山岭附近草木品种繁多,有上百种,散养在这里的东山羊以这些植物为食,肉质、肉香等均与其他地区的羊有明显区别。”合作社负责人李仕超对东山羊的品质自信满满。养在东山岭上的东山羊,身价更高。在山上,山崖、石洞是东山羊健身运动的天然场所,灌木、野草、树藤、鹧鸪茶、清泉水都是东山羊的绿色食粮,这一切,无疑让东山羊有了“山珍”的气质。

白汁东山羊、东山羊扣肉、香炸东山羊排、干煽东山羊、红焖东山羊腿、白切东山羊、香煎东山羊肝、椒盐炒东山羊肚、韭香东山羊血、椒盐东山羊蹄……细数东山羊全宴的菜单,就能知道东山羊的食法多样,各具特色。白汁东山羊是最传统又最具代表性的菜品,具有汤汁乳白不腻、羊肉皮嫩味美、食无膻味的特点,让人吃了还想吃。

味美的东山羊可不是到了现代才为人所知,自宋朝起,它就已经是朝廷贡品了。剧作家、诗人田汉品尝东山羊后赋诗“琼州多胜地,此岭独岿然。羊肥爱芝草,茶好伴名泉。”又为它打了一个不错的广告。

2018年,万宁东山羊获得国家农业部批准的农产品地理标准。

东山羊是来自山的馈赠,和乐蟹则来自小海。小海是一个内海,这片流经和乐镇、后安镇、万城镇的葫芦型水域是孕育万宁美食的宝藏。除了膏满肉肥的和乐蟹,围绕小海产出的港北对虾、港北沙虫、后安鲻鱼、后安海飞鸭都是响当当的好食材。至于烹饪手法,粗犷、豪爽的万宁人信奉的是“七分食材三分功夫”,山海风味,用简单的水煮、清蒸、白切、香煎足矣!

港北对虾。

山海至味

香自远

后起之秀 火遍全省

代表:后安粉、小海鲜鱼汤

冬日清晨,天还没亮,后安早市的热闹喧嚣已经到了尾声,菜市场一角的后安粉摊,赶完集的人到这里用一碗后安粉抚慰自己的胃。几排大粗碗里备好了粉条,大锅里的底汤在沸腾,冒出的热气在昏黄的灯光下渲染出浓浓的市井风情。摊主陈阿荣已经在这里卖了十几年的粉,他骄傲地说,自家做后安粉的猪肉都是市场里现宰的,只挑最好的猪。

后安粉的美味大半要归功于底汤,猪骨头、粉肠、大肠、猪肝、猪肚等猪内脏同锅熬煮,贡献出各自的鲜味汇聚出汤的浓香。当地特产的优质籼米磨成米粉做成的粉条白嫩晶莹,一大勺滚烫热汤的注入,激荡出的是清新的米香,煮得绵软的猪瘦肉、脆的猪肠是大多数本地人喜爱的辅料。正宗的后安粉还要配上小虾拌着米糊炸出的虾酥,浮在汤上的虾酥半软糯半酥脆,丰富了这一碗后安粉的口感。粉和配料吃完,把汤也喝光是吃一碗后安粉的正确操作,但也有对那口汤爱不释口的食客,吃到一半就把汤喝光了,此时喊一声店家,都会大方地再给添上半碗汤。

美味藏不住,如今发源于后安镇的后安粉已经走到全省各地,那些遍布海口大街小巷的后安粉店昭告着大家对后安粉的喜爱。

与后安粉一样,已经走向全省的万宁美食还有小海鲜鱼汤。万宁有着漫长的海岸线,产自万宁海域的味美海鲜多不胜数,但小海鱼又是一个特别的存在。

中国人讲究大味至淡,小海鲜鱼汤算是将其发挥到了极致。小海鲜鱼汤也被称为小海杂鱼汤,一个“杂”字透出玄机,这种鱼汤必须是几种鱼杂合在一起煮,各种鱼的鲜味相辅相成,鲜上加鲜。小海鲜鱼汤的主料是产自小海的鲻鱼、小红鱼、白鳍鱼、沙针鱼、立鱼、打铁鱼、洛仔鱼等。选几种小海鱼去内脏去鳃洗净,砂锅文火慢煮,葱姜等一般鱼汤中用来压腥的调料是不需要的,最多就是加少许盐,就能煮就一锅甘甜、鲜美、清香的鱼汤。敢这么任性地烹饪鱼,只能说万宁人对自家的新鲜食材有着巨大的自信。不信的话,你先喝一口飘着鱼油花的鱼汤,尝一口滑嫩的鱼肉再说。



杨师忠 摄

江湖隐士 蕴势待发

代表:猪皮汤、龙滚菜、腌通心菜、炮弹鱼五花肉煮萝卜干

相比那些已经广为人知的美食,万宁还有不少菜式低调地隐藏在民间,只有一些深入了解万宁菜的老饕才知道它们的美妙。

万宁人的饮食以清淡为主,但走起酸辣路线也毫不逊色,酸辣猪皮汤就是其中的代表。万宁人对食材很挑剔,做猪皮汤的猪皮得选200斤以上农家猪的猪皮,这样的猪皮厚、胶质好。猪皮经过晒干、油炸等步骤后,过水焯后切块,瘦肉和小鲜虾加上酸笋打底汤,下猪皮煮沸,小酸橘在酸笋的基础上把酸味再提一个度,辣味则来自黄灯笼辣椒,起锅前打入鸭蛋,搅拌出蛋花,再撒上一把香葱,酸辣可口的猪皮汤就做成了。

万宁人善于组合不同的食材,把那些不起眼的食材也做成美味佳肴。龙滚菜的主料是粉丝和韭菜,但油爆香的鱿鱼干和虾米是提升这道菜鲜香的关键。炮弹鱼肉质粗硬,但在加入五花肉和萝卜干炖煮后产生了奇妙的变化。哪怕是常见的通心菜,万宁人也能吃出花样。在物质不丰富的年代,酿酒剩下的糟粕也不能浪费了,通心菜滚水烫过,马上放到凉水里泡着才能保持青翠欲滴的色泽,捞起扭干水分,切成小段,淋上糟粕,这是基础版的腌通心菜。不同的人家会根据不同的嗜好给这碗腌通心菜注入不同的灵魂,瘦肉的肉汁和煲鱼的鱼汁添到通心菜里,那可是完全不同的味道。

万宁人有着敢闯敢干的精神,这在万宁饮食上也有所体现。西餐中的鱿鱼墨汁饭、墨汁意大利面颇受欢迎,万宁人也发现了墨汁的鲜美和营养价值,但烹饪手法是粗犷的、也是大胆的。选用两个拇指大小的新鲜鱿鱼,不去墨汁洗静后直接入锅水煮,一锅乌黑的墨汁汤泡着圆滚饱满的小鱿鱼,别看卖相有点吓人,吃起来可是鲜掉眉毛。

要想把这些万宁家常菜一网打尽,快餐店是个好去处。一家好的快餐店至少得有大大几十种菜品,光是不同品种、不同做法的鱼就有十几种,煮汤、香煎、鱼煲,炸鱼饼、煎鱼干,选的都是当季最肥美的鱼类,白灼虾、海螺肉炒韭菜、猪血韭菜、猪肝爆炒大肠、竹笋牛腩、“泡肉”、炖猪脚、菠萝炒排骨……一盘一餐中传达出的是万宁人对饮食最直接的理解,闪烁着的是民间朴实的智慧。



猪肠粑。



南洋风味小吃。

万宁民俗寓美意

文/海南日报记者 李丛娇

“民以食为天,食以安为先。”自古以来,中国人就喜欢把美食和节庆、礼仪结合在一起,在漫长的岁月里逐渐形成了各地富有特色的民俗。

海南人无鸡不成宴,万宁人的春节自然也少不了鸡。阉鸡是万宁年味的代表和象征,在物质匮乏的年代,一家人年过得好不好,是以杀了多少鸡来衡量的。万宁“做年”(祭祖)要用的阉鸡可不是随便哪一只都行,还得看颜值,首选个头大、鸡冠红、羽毛鲜亮的。宰杀后整只煮好的阉鸡黄澄澄地冒着油光,甚是诱人,摆上八仙桌,依传统走完祭祖流程,这只阉鸡才能端下来剁成块供后人们享用。

很多地方过年要吃鱼,寓意“年年有余”,万宁年夜饭中最常见的是香煎马鲛鱼。在万宁人眼里,世上最优质、最好吃的马鲛鱼来自万城鸟场港,要知道就连鸟场这个名字都是因马鲛鱼而来。清道光时期,鸟场因盛产乌鱼(马鲛鱼的方言叫法),被称为鸟鱼场,后来慢慢演变成鸟场。春节正是马鲛鱼肥美的季节,鸟场马鲛鱼成为万宁人馈赠亲朋好友的礼品,不仅价格水涨船高,正宗的鸟场马鲛鱼甚至一鱼难求。

除了鸡和鱼,有几样素菜也是万宁人春节常吃的,水芹的“芹”与勤劳的“勤”同音,提醒大家新的一年要辛勤劳作才能有幸福生活;茄子的“茄”字海南话读音有“比别人强”的意思,可以讨个好兆头;而莲藕因为根须像年画里寿星公的白胡子,寓意延年益寿。一菜一寓意,是讲究,也是对美好生活的向往。

到了元宵,万宁人要吃团圆美满的汤圆了。与内地常见的红豆馅、黑芝麻馅不一样,万宁的汤圆是极具海南特色的,馅是红糖椰丝拌上炒熟的花生碎和芝麻,汤也不是清水,而且又浓又香的姜汁红糖水。元宵节晚上,卖汤圆的摊子前总是排着长队,大家等着那一口软糯香甜和微辣姜汁带来的暖意。

时间来到端午,到了万宁人享用鹅肉的最佳时节。春节吃阉鸡,端午吃鹅,与其说是遵循了传统,不如说是顺应了季节对食材的恩赐,经历了一整个春天百草丰茂的供养,这个时候的鹅格外肥美。万宁人推崇的是东澳鹅,这些生活在老爷海边的白鹅,平日里除了啄食青草,还喜欢吃海里的鱼虾贝类和藻类,肉肥却不粗糙,味道十分香醇,百吃不腻。当然,万宁人和全国人民一样,端午节也要吃粽子,万宁的和乐粽子在海南的粽子界也算是有头有脸的代表了。

冬至这一天,万宁人要吃搭配咸鸭蛋。据说古万州有冬至这天让耕牛休息的习惯,牧童这天会带着笠和咸鸭蛋去放牛,久而久之这个习俗就流传了下来。笠套是用露兜叶条编织而成,万宁人相信,冬至这天亲手解开一条条叶条,意味着将这一年身上纠缠的烦恼和悲伤解除,可以轻松上阵,投入新的生活。

除了节庆的食俗,万宁的喜宴也是美食宝藏,无论是头盘的炒粉、炒面,还是压轴出场的浇露八宝饭都寄托了人们对婚姻和谐、甜蜜吉利的美好祝愿。回

文/海南日报记者 李丛娇

民间高手 舌尖乡愁

代表:椰子糕、猪肠粑

凌晨4点左右,家住万城的王焕钦和妻子就在自家作坊里忙开了,他们制作的椰子糕、九层糕、煎堆等小吃要赶上菜市场的早市。和许多手艺人一样,他用匠心默默传承着属于这一方水土的传统小吃。用水浸泡一到两个小时的糯米上蒸笼大火蒸熟,倒入石臼,一人用木杵舂,一人翻动,一下一下,直舂到糯米粘稠、筋道,糕就做成了。这看似简单的步骤,却是用时间和耐心向美食表达最大的尊重。这样做出来的糕没有直接用糯米粉蒸出的糕那么细腻,甚至还有一些粗颗粒,但是一起一落手工舂出的,是糯米最深藏的清香和糕最Q弹的口感。

用手掀起一团糕在椰丝里翻滚按压,让它均匀地沾上椰丝,万宁传统的椰子糕就做成了。值得一提的是,这个椰丝有咸甜两种,

咸的是新鲜椰丝撒一点点盐拌匀,甜的是红糖浆拌过,口味各有千秋。吃个椰子糕,万宁人也是可甜可咸,这背后透出的是万宁人的灵活与变通。

在海南,用糯米与椰子做的各种糕很多,一条就有一米多长,重量超过15斤、形似猪肠的万宁猪肠粑在其中可谓霸气侧漏。万城镇红专东路与解放路的交界路口,会碰到北门村的严家兴师傅推着自行车,在这里售卖刚出炉的猪肠粑。横切出一块猪肠粑,白糖煮过的椰丝油亮晶莹,炒熟的花生米和芝麻被层层白而柔软的糍粑紧紧包裹,咬上一口,糯米和椰丝的香味,立即就能让你口舌生津。

同样可甜可咸的糍粑,酥脆香喷的鸭肉酥、香甜的九层糕和红糖年糕、万宁版“蔬菜沙拉”甜瓜花和菜薯花,颇具北方风味的东山烧饼……万宁的许多小吃也许并不广为人知,但却是万宁人共同的舌尖记忆和无法割舍的浓浓乡愁。

南洋风味 外为我用

代表:黄金糕、咖啡糕、咖喱系列

每天下午3点左右,是兴隆墟上的南洋风味餐厅最热闹的时候,市民游客争相涌来品尝这里的东南亚糕点。九层糕、板兰糕、咖啡糕、红豆糕、木薯糕、芋头糕、咖喱糕、糯米条……柜台上五颜六色、琳琅满目的糕点,每一种都那么诱人。

黄金糕是店里最受欢迎的糕点之一。“在制作黄金糕的过程中,会加入香蕉露兜、香茅、黄姜等热带香料植物以及新鲜的椰子浓浆,所以才会有这么清香的味道。”店主黄宇峰和妻子都是印度尼西亚归侨子女,他说黄金糕的制作材料以木薯粉为主,制作过程十分讲究。一般来说,制作黄金糕需要提前准备材料,包括配料、发酵、蒸烤,大约2个多小时才能出品。因为制作繁复,黄金糕在东南亚一直是当地居民用来招待登门贵客或作为节庆点心的糕点,饱含着主人对亲朋好友的一片深情厚意和甜美的祝福。而现在,黄金糕除了承载老一辈归侨的记忆,更成了游客感受兴隆侨乡文化的载体。

除了糕点,咖喱菜系也是兴隆南洋风味的重要组成部分,咖喱鸡、咖喱牛腩、咖喱饭、咖喱炒粉……传递华侨味道的南洋菜融入万宁饮食,成为不可或缺的一部分。“华侨将一些食材尤其是香料调料带回到万宁种植,同时带回的还有东南亚的烹调方法。”万宁市烹饪餐饮行业协会会长刘海涛说,万宁人非常热情好客,招待朋友客人拿出的必定是最好的美食,万宁的餐饮业开放包容、博取众长,在保持万宁特色的同时也在不断吸收岛内其他市县甚至国内其他地方的烹饪手法,不断地创新、完善万宁菜系,迎接更多的游客。

在海南,用糯米与椰子做的各种糕很多,一条就有一米多长,重量超过15斤、形似猪肠的万宁猪肠粑在其中可谓霸气侧漏。万城镇红专东路与解放路的交界路口,会碰到北门村的严家兴师傅推着自行车,在这里售卖刚出炉的猪肠粑。横切出一块猪肠粑,白糖煮过的椰丝油亮晶莹,炒熟的花生米和芝麻被层层白而柔软的糍粑紧紧包裹,咬上一口,糯米和椰丝的香味,立即就能让你口舌生津。

同样可甜可咸的糍粑,酥脆香喷的鸭肉酥、香甜的九层糕和红糖年糕、万宁版“蔬菜沙拉”甜瓜花和菜薯花,颇具北方风味的东山烧饼……万宁的许多小吃也许并不广为人知,但却是万宁人共同的舌尖记忆和无法割舍的浓浓乡愁。



马鲛鱼。

和乐蟹。



和乐蟹。

本版图片除署名外均由海南日报记者袁琛摄