



琼式饮夏

甜

糖水面。

## 绵亘岁月的 甜蜜期待

“吃糖水去了。”炎热午后，一句简单的邀请就能勾走老海口的魂儿。光是听见，甜蜜的念想便从言语间流出，丝丝缕缕渗入舌尖。

海南人嗜甜，糖水是最佳的证据——无论是滋补的中药材，多彩的豆类，还是口感瓷实的薯类，五花八门的原料似乎都能和糖融洽相处，熬煮出的汤、羹、糊，成为四季不断的甜蜜供应。

糖水历史悠久。据说，古时候，王公贵族参加盛大宴会后，会食用一种甜汤，用于调和食气和帮助消化，被后人视作糖水的前身。

但要找寻糖水真正的兴盛地，得把视线从华丽富贵的宫廷移开，转到烟火气更浓、装满了叫卖声的街头巷尾。20世纪初，各类糖水店在广东竞相营业，使得糖水的原料、品种、做法花样频出，这股风潮也逐步在琼岛兴起。

也在这一阶段，清热解暑的龟苓膏、香甜细软的绿豆沙、浓郁醇厚的芝麻糊和滋补清润的番薯甜汤等招牌糖水盛行，甜丝丝的滋味成为大伙日常生活里的甜蜜期待，昔日的宫宴餐食不仅被端到了寻常百姓家，还因着物产、时节的变化催生了繁多花样。

如今，这些招牌糖水绵亘岁月，成为食客口中的经典滋味。一方水土一方风物，糖水在海南流行后，自然而然地融入了本土滋味，鸡屎藤、甜薯奶、粿仔汤、斑斓甜汤等一众琼岛美食，就这么登上了糖水食谱。

其中，最具特色的当属起源于文昌东阁的粿仔汤，大米在水中浸泡涨大，打成粉，与蒸好的山药泥、紫薯泥或鸡屎藤粉分别搓揉成团，捏出不同口味的粿仔，倒入姜汤熬煮，加入新鲜的红枣、桂圆和枸杞调味增鲜。

为使其味道更富有层次感，店家还会根据食客的口味和要求，加入椰奶或酒糟熬煮汤底，并添入鸡蛋、汤圆和米糕等配料烹调，让甜蜜多了几重滋味，勾得食客迫不及待地伸入汤匙。

如今，原料组合越来越复杂，店家食谱越写越长，琳琅满目的糖水也被留在海南人味蕾记忆里。

糖水面的红糖水汤需要熬制3个小时。

穿过一条又一条小巷，转过一个接一个路口，脚步终于停在海口义兴街深处一个老旧糖水铺。一路寻找，大费周章，只为寻一份甜蜜记忆。

世上最讨人欢心的味道是什么？甜味说第二，恐怕没人敢称第一。

岁月漫长，人类早早进化出用甜食款待自我的天赋。甜令人愉悦、欢欣，也鼓舞着人们制出糖果、糖膏、糖饼等各类小吃。在夏长冬短、盛产蔗糖的琼岛，糖水对于人们，便是用来消暑解暑，补充能量的独家“蜜”籍。

# 琼式糖水：老街独家蜜籍

图海南日报记者 封炼  
文海南日报记者 邓钰

## 深藏街巷的市井滋味

花样繁多的糖水甜蜜了人们的生活。要尝到地道的滋味，非得去老街深巷里寻找一番。

藏在义兴街的一家老式糖水铺，是老海口们争相“打卡”之处。走进巷子，强烈的市井气息几乎把人淹没：街道狭窄而拥挤，临街小店里有卖卤味、烤鸭和各种零食、杂货，闲逛的人潮里“夹”着穿梭来往的自行车和“小电驴”。

好一条活色生香的街巷。这时循着街坊指点，才会疑惑地发现，这家名声在外的糖水铺几乎藏在街巷尽头，模样甚至有些“灰头土脸”，门头窄窄旧旧，地砖磨损裂纹，连个招牌都没有。走入其中，才发现个中乾坤，一字排开的土灶铁锅中煨着各式糖水：芝麻糊、绿豆沙、银耳羹、糖水面、芋头甜汤……

“五六十年没挪过地，全靠味道和口碑留住这么多老街坊。”店主何阿姨话语中带着骄傲。自家糖水铺已经经营了三代，秘诀便是坚持材料新鲜、不怕麻烦、现做现卖，“每天凌晨四点钟起床熬糖水、磨芝麻、泡绿豆……一家店要长久经营下来，必须有自己的味道。”

或许正是这份自信从容，才引得老街坊争相光顾。才是下午二时时，店里就一派热闹，空气里甜津津、闹嗡嗡的，全是海南话的闲聊声。

食客从白发老叟到垂髫小儿，南来北往，不拘一格，共同默契是寻张桌子，坐下就吃，实在没位，便端起碗站在路边吃。每隔几分钟就又有拨食客进门，谈话之声越发喧嚷，混合着清脆的调羹碰撞声，很是热闹。

不少食客更是日日准点报到。“天热喝绿豆汤，天冷吃糖水面。”六十多岁的郑伯，几乎每天都约上好友在这吃碗糖水振奋精神。他说，“这家店做了几十年，味道都没变化，吃食仍是一样的正。”

其实，大多老式糖水铺都这般低调。在各类精致“网红店”盛行的今天，粗糙朴素的糖水铺却引得食客流连忘返，靠的无非是老海口们追求味蕾鲜甜的执着。

## 融入四时的自然风味

“一方水土养一方人”，物性随风土而不同，随着长时间的生活经验积累，本地人对当地气候、食物越了解，便不知不觉养成了一方口味偏好。

糖水为何能在海南流行，似乎也能从这方水土中找到答案。

海南高温湿热，土壤湿润肥沃，十分适宜甘蔗生长。二十世纪八九十年代，人们在此开拓土地，大量种植甘蔗，并兴建起诸多有糖厂。蔗糖成为畅销省内外的大宗商品之一，也大方地走进寻常门户，成为百姓餐桌的甜蜜调剂，成全了琼岛各地的用糖嗜好。

与此同时，常年高温潮湿的气候，让本地人寻求温和的食补方式调养身体。对琼岛儿女来说，清甜的糖水，解得了夏，也暖得了冬，岁月流逝、四时更甜的滋味，说到底就藏在一碗碗或清爽或滋补的糖水里。

海南人吃糖水，逐渐演化出不

同追求，大暑节气端上一碗绿豆汤，消热解暑、利水祛湿；立秋时节吃一碗糖水，润肺生津、止咳平喘；冬日里熬一锅黑芝麻糊，滋阴补肾、益气提神……在这些看似平常的细节中，隐藏着海南人根深蒂固的生活哲学，依照四时节气吃糖水，用不同的食材唤醒不同心境，从而达到调和阴阳、协调脏腑的目的。

岁月变幻不同的模样，糖分也钻入不同的锅子。时至今日，糖水的甜蜜滋味，已经渗入这方水土的根脉，成全了人们生活中醇厚的滋味。



澄迈金江糖水铺的红糖水清补凉。



市民在海口西天庙老传统糖水铺吃糖水。



海口西天庙老传统糖水铺的各类糖水。

特色椰蓉汤圆糖水。