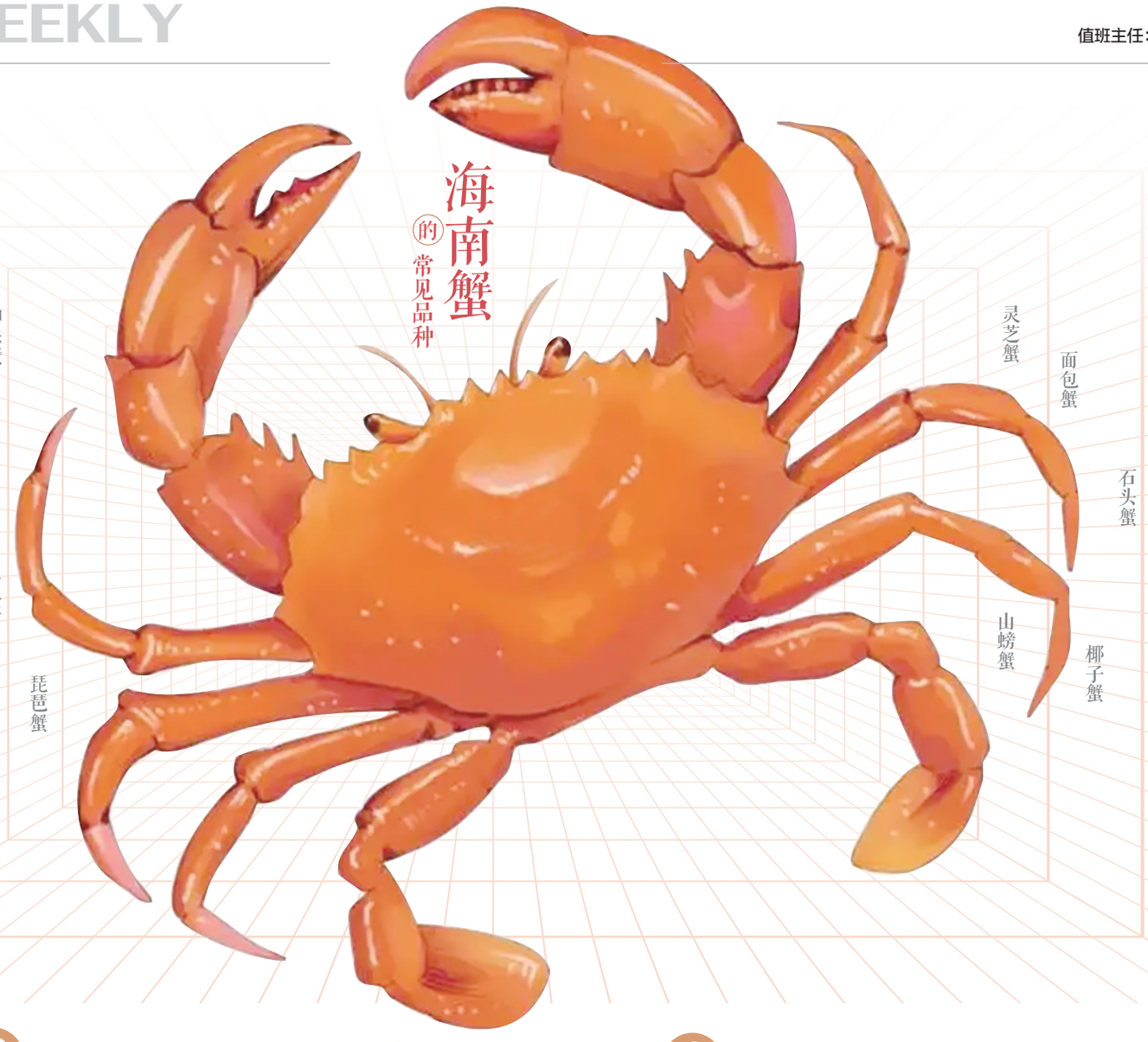
2022年9月28日 星期三
值班主任：张一强 主编：徐晗溪 美编：张昕 检校：张媚 原中倩
海南日报

海南蟹的常见品种



和乐蟹。步步/绘

蟹逅海南

舌尖海南

■本报记者 张琬茜

编者按

“和露摘黄花，带霜烹紫蟹”。秋风劲菊花开的时节，约三两好友，煮几匹螃蟹，就一杯老酒，道古今话岁月，真人生惬事，所以有食家言“秋天以吃螃蟹为最隆重之事”。金秋时节，菊黄蟹肥，多少年来，品蟹、赏蟹、咏蟹、读蟹，已成为中国传统饮食文化最精彩的部分。

俗语说，“寒露吃蟹正当时，至鲜美味在人间”，九十月份的海南，依然有夏天的味道，但这不妨碍我们就着习习的海风，来一场别样的海南“蟹”逅。

A 一部 跨越4000年的“蟹”史

鲁迅曾说，第一个敢于吃螃蟹的人是真正的勇士。这位勇士姓甚名谁，虽然已无从考证，但可以肯定的是，吃蟹这事儿，早在4000多年前就开始了。

典籍中最早的吃蟹记载来自《周礼》。由于当时条件有限，螃蟹无法长期保存，聪明的古人便将蟹拌上调味品制成蟹肉酱，即“蟹胥”。那时，人们更多将蟹肉视为一种稀有食材。

蟹的构件甚多：足、螯、脐（主要是雌蟹圆脐里含有微量的黄）、筐、胸（有着一仓一仓的蟹肉）、黄（卵巢）、膏（精巢）等；皆可食且味美。那么，什么最好吃呢？自从东晋毕卓说了“右手持酒杯，左手持蟹螯，拍浮酒船中，便足了一生矣”之后，历代的吃蟹人都格外推重蟹螯，明末清初文学家李渔在著名的《蟹赋》里说，吃蟹要讲究顺序，先筐，再胸，后足，“二螯更美，留以待终”，一样一样吃下来，最后才吃“更美”的两只蟹螯，以此为总结，画上一个圆满的食蟹句号。

中国食蟹史的重要转折点发生在唐代。中唐之后，北方战乱，经济与文化中心不断南移，江南地区的稻作农业逐步发展成熟。由此，生于稻田的南方河蟹便不断增多，加之烹饪难度较海蟹更容易，食蟹之俗的流行范围便得以不断扩大，关于蟹肉的诗词佳句更是层出不穷。

“蟹螯即金液，糟丘是蓬莱。且须饮美酒，乘月醉高台”，在诗仙李白的笔下，螃蟹与酒成了秋日的意象。到了宋元之后，咏蟹诗更是频频亮相，美食家苏轼曾说“堪笑吴兴馋太守，一诗换得两尖团”，自嘲他宁愿通过写诗来换两只螃蟹吃。

从此，曾作为珍稀食材的螃蟹也得以走入寻常百姓家。时至今日，依托于各地不同的地理、气候条件，演变出不同的螃蟹种类和做法。从不缺海鲜的海南人，也正在逐渐拓宽和丰富自己的吃蟹版图。

⬇海口东寨港蟹肥虾美，物产丰富。 王聘钊 摄

B 一张 各有千秋的“识蟹”地图

海南“陆产三千名，海产万类”，单是螃蟹这一个家族就“蟹丁兴旺”。吃蟹，首先得识蟹。

在海南，你也许没听过和乐镇，但一定知道和乐蟹。万宁红色六连岭之南，绿色东山岭以东，一块面积约50平方千米的水域——港北内海，像是大自然赋予万宁的一个神奇“口袋”，孕育了一道美味——和乐蟹，海南的四大名菜之一。和乐蟹又叫膏蟹，膏满肉肥，为其他青蟹罕见，尤其是其脂膏，金黄油亮，香味扑鼻，实在诱人。

螯足壮大的琵琶蟹多产自陵水新村港湾一带，和其他蟹最大的区别在于，琵琶蟹是直行而非横走。陵水沿海一带还产有青花蟹，也常被叫作三点蟹、红星梭子蟹，肉质细嫩洁白。

海口演丰镇的红树林沼泽地，是黑体仔蟹的栖息地，这些家伙浑身灰黑，个头不大，看似其貌不扬，实则蟹膏饱满，肉如玉脂。掀开蟹壳，红亮丰腴的蟹膏实在惹眼，入口鲜香细腻，还能品出淡淡的黄油香。

不同于黑体仔蟹的貌不惊人，红白相间、壳上印着不规则纹路的红花蟹，可谓以高颜值博取眼球，故被称作“蟹里西施”。红花蟹常被用作冻蟹，清蒸后放入冰水中冷冻，口感更具弹性。

三亚椰子蟹，双螯足十分有力，能爬到树上将椰子剪下使其坠落到地，并慢慢凿开坚硬的椰壳，食用里面的椰肉。因此，椰子蟹甚至还自带一种椰味。

而若往热带雨林深处走去，没准还能在溪边石头下发现山螃蟹，个头虽小，却极其灵活。大山深处还有一种稀有珍贵佳肴——灵芝蟹，因专食野生灵芝而得名。初入口时有一股略微苦涩的中药味，片刻后，口感就会变得甘美爽口。

在海味十足的海南，河鲜同样丰富。南渡江的水养肥了河蟹，也吊足了食客们的胃口。海蟹与河蟹有什么区别？前者源自海洋，不同海域有不同风味；后者源自江河，多存于流水石缝间。口味上，海蟹本身带有鲜甜滋味，河蟹则鲜香；做法上，河蟹多以炝炒为主，有时借助些食材搭配，便能变身出一道道美味。

螃蟹的融合创新做法。
本报记者 封烁 摄

C 一场 无鲜不欢的“蟹”逅

清蒸、油焖、生腌、香煎、炖煮……寻“鲜”若渴的厨师们，似乎将所有想象力都毫无保留地奉献给了螃蟹，一桌属于海南人的“蟹宴”正式拉开序幕。

在海南人眼中，海鲜的最佳归宿就是直接大火蒸熟，原汁原味是吃蟹的最高敬意。将膏蟹对半切开，露出金黄色的蟹膏，上锅蒸熟后即可食用。蟹肉嫩滑，蟹膏肥美，一整只下肚，足以满足食客们的口腹之欲。红花蟹、黑体仔蟹等也多为白灼，料理方法看上去虽简单，但做到极致的鲜，一口便能撩拨心弦。

油锅煸炒，海南人的另一种常见的吃蟹方式。从业30多年的特级琼菜大师云奋，有着数十种拿手蟹肴，其中虾糟炒公肉蟹这道菜深受海南食客喜爱。公肉蟹宰杀洗净后伴以姜蒜热油下锅，加入用鲜虾、酒饼、米饼融合发酵制成的虾糟，以及几勺花生油，能让蟹肉鲜上加鲜，这是点睛之笔。随后加盐、糖和水焖上几分钟，起锅时倒入葱花、撒上蛋液，顿时鲜香四溢。

秋意浓时，熬一锅蟹粥，是海南人对“人间至味是清欢”的另一种诠释。将螃蟹洗净、剖开、去杂质，等粥滚后再落蟹，待沸透时再添葱、肉丝等配料，起锅前加一些油、盐等调料，热气腾腾的蟹粥即可上桌。每一块蟹肉都咸淡适中，无需蘸料相佐，也能尽享鲜味。

如今，有关蟹的做法也在不断融合创新。在海口丽思卡尔顿酒店中餐行政总厨骆文龙精心准备的蟹宴上，螃蟹们为了与挑剔的食客“相遇”，提前披上了“礼服”：有的裹着冬瓜丸子，有的拌着红米炒饭，有的做成醉蟹和着茄瓜呈上……当螃蟹与不同食材相遇，各种化学反应在舌尖悄然产生，甚是美味。

和乐蟹。
本报记者 封烁 摄

D 一次 雅俗共赏的大快朵颐

如果将吃蟹比作一场表演，那么绞尽脑汁将螃蟹变得美味还只是前戏，整场演出的精髓在于品蟹。品蟹之风从古流传至今，因低头猛啃螃蟹壳实在有失风雅，古人便发明了“蟹八件”。

起初，明代常熟城里的漕书（掌管漕粮的胥吏）及运弁（押运漕粮的官兵）常常聚在一起吃螃蟹，为了更方便畅快地吃蟹，漕书首先创制了锤、刀、钳三件工具，以代替手剥牙咬。其后逐渐发展到“蟹八件”，即小方桌、腰圆锤、长柄斧、长柄叉、圆头剪、镊子、钎子和小匙，鼎盛时期甚至达到64件之多，样样精致，就连清代才子李渔都禁不住赞叹“美食不如美器”。

后来“蟹八件”逐步流行于三吴闺阁中，她们有空闲，有耐心，沉静，细致，以此吃蟹，自任其劳，吃出了雅兴，吃出了快乐，一度还曾经是某些富户家苏州女的嫁妆之一。

各类器具下，摩拳擦掌间，螃蟹就被“大卸八块”。此时，就该轮到美酒上场。在《红楼梦》中的螃蟹宴上，除了肥美的螃蟹外，正值当季的菊花酒是另一大主角，推杯换盏，大口吃肉，再配以姜醋一同食用，畅快之余，还有驱寒之效。

《红楼梦》里的林黛玉，才十多岁的小姑娘，看到那堆在盘子里的螃蟹，就喜不自禁，兴致勃勃，吟出了“螯封嫩玉双双满，壳凸红脂块块香”，连大家撒得“满桌子”都是的“小腿子”，她也舍不得丢掉，“多情更怜卿八足”，要啃出它的肉来，吃出它的滋味，这种迷恋和痴情，可以说是爱吃螃蟹食客的真实写照。

有酒有肉，自然少不了吟诗赏菊。一盘螃蟹，一杯美酒，一抹秋景，就能成为诗人灵感的缪斯。吟诵至情深处，连一旁的花都为之着迷。持螯赏菊，应景又风雅，也难怪看着“横行霸道”的螃蟹还得了个“菊下郎君”的雅号。

随着时间的不断推移，古人对吃蟹的讲究也保留至今。但简单质朴的海南人似乎不讲究什么仪式感，在食客看来，大快朵颐才是对螃蟹最大的尊重。直接掰开蟹壳，吮吸蟹黄，任由汁水在唇齿间流淌。遇到肥硕的蟹钳，也等不及用工具敲开，后槽牙一咬，“咔嚓”一声，蟹肉便冒出了头。总而言之，吃蟹这事儿，可雅可俗，全凭喜好。

秋风起，吃蟹忙，餐桌上的蟹壳红火，寓意着富足喜庆，这是一种收获的喜悦，也是人们对生活的一种热爱和满足。

延伸阅读 翰墨蟹缘

元朝画家倪瓒的《云林堂饮食制度集》，讲到煮蟹法。因造型、姿态、色泽、习性等特色，螃蟹乃中国画传统题材之一。历代画家泼墨画蟹，内含得意或失意、讽刺或自嘲。翰墨蟹缘，佳话迭出。

螃蟹别称“郭索”，原指螃蟹爬行貌，亦指其爬行时的声音，后代指蟹。周密《齐东野语》：“蟹处蒲苇间，一灯水浒，莫不郭索而来，悉可俯拾。”明代沈周的传世名作《郭索图》，凸现“经霜紫蟹两螯肥”。

明代沈周的《郭索图》。现藏于故宫博物院

徐渭擅长刻画螃蟹的爬行状，寥寥数笔，质感、形状和神态具足，呼之欲出，有名作《黄甲图》。他曾以字换蟹：“鲰生用字换霜螯，侍诏将书易云糕。并是老饕营口腹，省教半李夺蛴螬。”他的《题画蟹》一诗写得最为明快传神，堪称咏蟹佳作：“稻熟江村蟹正肥，双螯如戟挺青泥。若教纸上翻身看，应见团团董卓脐。”稻花香的时候，正是螃蟹肥美味佳的季节。

郑板桥任山东潍县知县时，适逢蟹灾，螃蟹横行觅食，伤及禾苗，而当地百姓不敢食之。他介绍螃蟹烹食法，并在县衙内摆百蟹宴，当席赋诗：“昔日你成灾，今日好当菜。助我一杯酒，为民除大害。”

咏蟹诗话

北宋文豪黄庭坚最喜爱吃扬州的贡蟹，认为其称得上是味美绝伦。他曾有诗云：“鼎司费万钱，玉食罗常珍。吾评扬州贡，此物真绝伦。”同时，诗人还深谙食蟹之法，认为蟹性寒，宜伴以少许姜末食用最佳。有诗为证：“解缚华堂一座倾，忍堪支解见姜橙；东归却为鲈鱼鲙，未敢知言许季鹰。”

南宋诗人陆游尤爱食蟹，他写有一首七绝：“传芳那解烹羊脚，破戒犹惭擘蟹脐。”又曰：“蟹肥暂擘馋涎堕，酒绿初倾老眼明。”诗人将自己刚动手掰开肥蟹时，馋得口水淌下来，持蟹把酒，昏花的老眼也亮了起来的食蟹馋态，描绘得惟妙惟肖，别有一番情趣。

清代戏曲理论家、文学家李渔尤为喜食蒸蟹，曾直言道：“凡食蟹者只合全其故体，蒸而熟之，贮以冰盘，列之几上，听客自取自食……旋剥旋食则有味”。他对蟹之鲜美，更有其独到见解：“蟹之鲜而肥，甘而腻，白似玉而黄似金，已造色香味三者之机，更无一物可以上之。”对蟹之美味情有所系，评价极高。

爱蟹名人

漫画家丰子恺最爱吃蟹，而且认为吃蟹是风雅的事，吃法也要内行才懂得：先折蟹脚，后开蟹斗，蟹脐里的肉怎样剔出、脚爪可以当作剔肉的针、一对雄蟹的大脚钳可以拼成一只很好看的“蝴蝶”。丰子恺常常在作画之余，怡然观赏着墙上贴着的一对对翩跹起舞的“蟹蝴蝶”，也让他的孩子们感到：原来吃蟹还有这么多的艺术情趣！

“棋圣”聂卫平有“蟹帮帮主”之称。有一回，武侠小说家金庸在家中设蟹宴盛情招待聂卫平，结果老聂一口气吃完了13只半斤重的大闸蟹，引得四座皆惊：“聂九段战胜了日本所有的超一流棋手，原来他吃蟹的水平更是超一流！”

“不是阳澄湖蟹好，人生何必住苏州”，前有苏州人张季鹰因想念家乡的莼菜羹、鲈鱼脍而辞官还乡，后有章太炎夫人汤国梨，因对阳澄湖大闸蟹情有独钟而决定定居苏州。阳澄湖大闸蟹青背、白肚、金爪、黄毛，个体强壮厚实，煮后呈亮橘红色，关键之关键在于口味鲜甜，让汤国梨爱不释口，甘愿在江南终老。 （徐晗溪 辑）