



特约记者 蒙钟德 摄  
用椰叶包的笠。



老味道，是岁月中的一座桥梁，连接我们的过去与现在。在海南的饮食江湖里，一些曾经“叱咤风云”的美食，因人们生活条件改善、饮食习惯改变、食材不易找到等，或销声匿迹，或“隐居”于街头巷尾，只有知味的老饕才能找到。

# 寻找老味道

海南日报记者 宋灵云

## 糖炒椰子条、酸辣猪皮汤 逐渐消失的“边角料”

已近耄耋之年，海口人张琼妹下厨的机会已经很少，但孙辈们还是会偶尔念叨让她做一盘姜葱焗草鸭。20世纪60年代，这道菜在海口地区十分流行，但烹饪流程有点复杂，目前会做的人已经很少。

“10多年前，我在一场婚宴上偶然吃到，便从大师傅那里学了烹饪方法。”张琼妹介绍，做这道菜，鸭要选个头小、肉质嫩的，这样比较容易入味。先把鸭洗净晾干，用生姜、葱、鸡粉、生抽、白糖等调制酱汁备用，把鸭放入油锅中浸炸，约五成熟捞起沥干油，将酱汁倒入鸭腔内，然后中火焖烂，砍成小块配卤汁食用。

制作方法看似简单，却是许多老一辈人从无到有摸索出来的。张琼妹说，浸炸时必须边炸边翻动，使鸭全身受热均匀，色泽浅金黄，焖时也要记得翻动鸭身，让整只鸭更入味。

李善芳是万宁一位颇有名气的乡厨大师傅，已从业30多年，曾操办过上百桌的宴席。他说，以前酸辣猪皮汤是万宁乡宴上的常见菜，如今这道菜已经很少看到。“现在生活富裕了，宴席上的鱼、虾、蟹、鲍一样不少，猪皮汤食材便宜，看起来不太高档。”

做酸辣猪皮汤比较费时。拿出猪皮后，须先拔毛洗净，然后切成A4纸大小一块，放在太阳底下暴晒一天。临近制菜时，将晒好的猪皮放在清水里浸泡半个小时，让蜂窝状的干猪皮表面吸入水分，变得柔软，然后切丝。接着，将猪皮丝、酸笋丝、鱿鱼丝、肉丝倒入沸腾的高汤中，再加点酸橘汁，起锅前撒入一点黄灯笼椒丝，这汤就做好了。

在海南饮食界，除了猪皮，还有不少“边角料”逆袭成为风味美食的例子，比如西瓜皮、椰子条。海南人林凯记得，小时候家里餐桌上经常有海鲜煮西瓜皮，“海南夏天炎热，许多人家买西瓜，吃完瓜瓢，把瓜皮洗净切片煮汤，很开胃！”以前，海南农村地区的居民还经常用椰子肉做菜，老椰肉切条，

做一盘糖炒椰子条，嫩椰肉切片，做一道酸菜炒椰片，这些看上去简单朴素的小菜，也很下饭。

## 椰丝饭、地瓜饭 就地取材的主食

20世纪70年代以前出生的海南人，大都对地瓜饭很熟悉。那时物资短缺，米粮不足，以地瓜入粥饭是常规操作。农民几乎家家户户会种一点地瓜，地瓜丰收后，除了用新鲜地瓜煮饭，还会切地瓜干、晒地瓜干。晒干后用麻袋装起来放在通风处，需要时就取出几块，放于米中煮饭煮粥。

“现在大家都是买新鲜地瓜，用地瓜干煮饭已经很少见了。”家住儋州市那大镇的杨先生告诉记者，小时候他的父母会收集碾米时产生的碎米粒，专门将这些碎米放在一个罐子里，然后炒干，有时早上就用碎米煮一锅粥，放入一些小鱼、小虾。这是他最早吃过的“海鲜粥”。

说到海南人以前常吃的饭食，除了地瓜饭、芋头饭，还有椰丝饭。椰丝饭也叫“椰子糍”，制作时要将椰子劈成两半，用椰丝刨刀将椰肉刨成丝，大米洗净混入，滴入少许椰子油或花生油翻拌均匀，加适量水，大火烧开后，转小火将饭焖熟。打开盖子，椰丝的清香扑鼻而来，让人很有食欲。

目前，大部分海南居民用的是从商超购买的食用油（主要为植物油），用猪油炒菜做饭的人很少。但在以前，猪油在饭食中经常用到。从海口解放东路拐进人和坊的一条巷子里，没多远就可以看到一家粉铺，老板尤氏夫妇已经经营这个店面40多年。店内的主打美食猪油拌粉（面）香气浓郁，搭配着韭菜、瘦肉、腊肠、芝麻、葱花，口感香咸、顺滑，颇受食客喜欢。不少网友在社交媒体平台上“种草”后，导航来这里试吃。

## 叮咚糖、咸薯奶 记忆里的甜蜜时光

“叮咚糖，叮咚糖，狗屎毛，拉长长……”在许多海口人的记忆中，叮咚糖是儿时闻之垂涎的美食。乳白色的糖包裹着炒香的芝麻和花生，虽说吃起来微微粘牙，却是又香又甜，回味无穷。

今年已经90多岁的李阿公，是海口目前为数不多会做叮咚糖的手艺人之一。年轻时，他的足迹遍布海口大街小巷，如今他只在水巷口一带卖叮咚糖。市民游客想吃上一份，得靠运气。

“5元一段，10元一段，随便吃，随便选……”李阿公没有固定摊位，只要天气好，他就会戴着草帽，头顶着用布包裹的糖条，拿着一个木架子，来来回回沿街吆喝。有人要买糖，他就停下，麻利地支起架子，掀开布，拔出拇指粗细的糖棍，再用剪刀轻轻剪断，装进保鲜袋交给顾客。

20世纪80年代，海南城乡有不少制作售卖叮咚糖的手艺人，以白糖为主要原料的叮咚糖口感绵密，拉长后轻轻一敲就断了，还会发出“叮咚”声，这便是其名字的由来。

“以前白糖比较稀缺，小孩子

不吃饭、不吃粥，大人才会往他碗里加勺糖。”海口市民陈先生说，小时候叮咚糖只要一两角钱一段，放学后他经常揣着准备好的零钱，挤进校门口的人群中，买一段裹着芝麻花生馅的糖条。现在每次在水巷口碰到李阿公，他也会买一段带给家里孩子吃。

儿时的甜蜜滋味，总是让人难以忘怀。地瓜糖水、米爆糖凸、绿豆沙粥……那些如今已经有些“小众”的甜味美食，仍有人寻觅品尝。

藏在海口美兰区海甸岛海彤路的一家老式糖水铺，在地图上找不到，生意却很不错。该店中午1点半开门营业，老板张伯今年已经60多岁，进店消费的大都是街坊邻里以及寻味的网红主播。甜薯奶是这里的招牌美食，薯球大颗实在，像没有馅又更软糯的汤圆，从锅里舀出来时冒着热气，香味扑鼻。糖水由红糖和姜熬制而成，一口下去，红糖的甘甜和生姜的热辣回荡在喉舌间，甜薯绵密的口感让人欲罢不能。

咸薯奶也别有一番风味。常去的食客都知道，最地道的吃法是加入一勺虾酱。虾酱是海南人做菜常用的一种调味品，具有提鲜增味的效果。当薯奶遇上虾酱，“咸、鲜、辣”在舌尖相拥绽放，是海南独有的美味。



猪油拌粉。  
海南日报记者 罗安明 摄



酸梅奶。  
海南日报记者 王程龙 摄



海南一景区工作人员用蜂蜜炒椰子条。  
罗孝平 摄



酸菜炒椰片。邹玲灿 摄



疍家菜粽。  
海南日报记者 王程龙 摄

### 海南老味道

#### 菜肴

- 酸辣猪皮汤
- 椰子菜
- 炒椰子条
- 椰子盐焗海鲜
- 腌白花菜
- 琼山四宝豆腐
- 琼脂冷盘
- 糯米鸭
- 鱼酱炖鲷鱼

#### 小吃

- 海南煎粽
- 菜粽
- 鱼肚粽
- 甜茨奶
- 锅边粿
- 文昌鸡粒包
- 叮咚糖
- 新娘糕

#### 饭粥面

- 及第粥
- 猪油拌面
- 椰丝饭
- 地瓜糖水
- 塔洋粿炒
- 鸭脚粟甜粥