



鱼茶主要由鲜鱼、米饭和酒曲混合发酵而成。

三月三，吃鱼茶：

奇异的味蕾探险

■ 金满楼



安徽臭鳊鱼。



广西螺蛳粉。

在春风和煦、百花争艳的季节，海南黎族、苗族同胞又迎来了传统节日“三月三”。这一天，无论男女老少都会盛装打扮，带着各种美食汇聚在一起尽情欢乐。其中，有一种美食必不可少，那就是“鱼茶”。

鱼茶的做与吃

对没接触过鱼茶的人来说，很可能会误以为鱼茶是一种和鱼有关的茶。实际上，鱼茶虽然和鱼有关，但和一般意义上的红茶、绿茶等毫无关系。之所以叫“鱼茶”，据说是当地黎语转化而来，更贴切的说法应该是“鱼酸”。鱼茶主要由鲜鱼、米饭和酒曲混合发酵而成，是黎家人用来款待客人的招牌菜肴，也是一道具有浓郁地方特色的风味食品。

海南鱼茶是怎么来的呢？一种传说是，很久以前有个黎家妇女无意中把生鱼和米饭放在一起，几天后发现鱼饭的味道不错，由此被人效仿；另一种传说是某次丰收宴后，为了不浪费食物，有人将米饭和生鱼放在坛中，后来发现发酵后的鱼饭别有风味，于是便有了现在的鱼茶。

传说归传说，鱼茶的产生很可能与黎族人民的耕渔作业有关，毕竟古代要保存鲜鱼是一件并不容易的事。从种类上说，鱼茶可以分为“湿鱼茶”和“干鱼茶”两种。“湿鱼茶”是将淡水活鱼切块后抹盐放置一两个小时，然后滤干盐水；“干鱼茶”则要把鱼晒干。鱼块处理好，掺入米饭、酒糟或炒米搅匀，再装进坛中密封。天气热的话，放置7~10天即可开盖食用；若是天气较冷，则至少需半个月后才能食用。需要注意的是，腌制鱼茶的瓶子、坛子一定要清洗干净，如沾有污物或油腥，往往会严重影响鱼茶的品质。

将鱼块和米饭掺在一起，这种看似做法简单的食品，在经过一段时间的发酵后却产生了奇妙的味道。鱼茶启封后，扑鼻而来的是腌制发酵后特有的酸味，接着是一股淡淡的咸香酒味。因为鱼茶是生食，咀嚼时比较有韧劲。当然，对于没吃过鱼茶的朋

友来说，初尝鱼茶可能也是一种挑战。

有人说，鱼茶的味道是“初尝怯之，二次适之，三次瘾之”。这就是说，没吃过鱼茶的人在初入口时会觉得酸怪刺鼻，难以接受，但要是适应了，就像吃臭豆腐一样，闻时臭、吃着香，是一道佐餐的开胃佳肴。

鱼茶古而有之

也有专家研究认为，黎族人并没有“茶”的本族语说法，所谓“鱼茶”的黎语发音，其实是一种误译。实际上，“鱼茶”的正确写法是“鱼鲊”，而“鲊”(zhà)字在古代文献中屡见不鲜，并不是什么新鲜词。

从字面意思看，“鲊”是中国古代很早就有的腌制食品方法，和鱼茶的做法类似。《周礼》中记载，当时朝廷已经设有“醢人”一职，也就是专门掌管宫中腌制肉酱事宜的饮食官。由此可见，早在周朝时期，国人已经掌握了肉类的腌制技术。东汉许慎编著《说文解字》时，将“鲊”解释为“藏鱼也。”比许慎时代稍晚的刘熙在《释名》中进一步解释说：“鲊，菹也。以盐米酿酒以为菹，熟而食之也。”这里说的“菹”，指的就是腌制品。唐宋以后，鲊类食品的种类更多，制法也更成熟。目前，湖南的生鱼鲊、云贵的苗家酸鱼、湖北的虾鲊等等，都是从前流传下来的腌制食品。

黎族人何时掌握了制作腌鱼、腌肉的技术，目前已无法考证。但作为百越人的后裔，黎族人大约在三千年前从岭南陆续迁入海南岛，由此带来原住地的习俗和文化想必也在情理当中。古代外地官员来到海南见到腌鱼后，很容易联想到古书中的“鱼鲊”。要是该官员来自粤西地区的话，这种概率就更高，因为粤西从古至今都一直有“鱼鲊”这种食物。由

此，黎族人原本保留了“鱼鲊、肉鲊”的古音，结果却被讹变为“鱼茶、肉茶”。类似观点，看来还是比较可信的。

从营养学的角度来说，经过密封发酵后的食品通常含有丰富的氨基酸、乳酸菌等元素，适当食用对人体的健康颇有裨益，能够提高人体的免疫力。近年来，随着旅游业的不断发展，黎家鱼茶、肉茶不但红遍全岛，而且在各种媒体的推广下成为新兴的“网红食品”，这种美食输出的现象无疑是可喜可贺的。

怪味食品处处有

曾有人说，人的基本味觉只有“咸、酸、甜、鲜、苦”五种，舌头无法感知到臭味，而腌制发酵食品的“臭味”往往是蛋白质发酵分解后的“鲜味”，因此也就有了所谓的“闻着臭，吃着香”的现象。

事实上，类似鱼茶之类的怪味食品也不止海南才有。在广东，就有一种名为“梅香”的咸鱼。“梅香”的名称初听很淡雅，但这个“梅”实际指的是“霉”，也就是用盐腌制后有意发酵并产生异味的咸鱼。

与之相类似的，还有安徽的臭鳊鱼。作为新鲜的野生鱼，鳊鱼的美味早就经过了古人的认证，是谓“桃花流水鳊鱼肥”。然而，如果不是安徽人，进徽菜馆点“臭鳊鱼”可是要考虑清楚，毕竟腌制发酵后轻微发臭的那种味道，不是所有人都能品尝得来的。

相比而言，豆类食品发酵后的异味还在一般人的接受范围之内。譬如各地的臭豆腐（最出名的如长沙臭豆腐，再如绍兴臭豆腐），几乎就是近年来各旅游景点的标配。无论名山大川还是江南小镇，只要进入景区，空气中无一不充斥着臭豆腐的气味。不过，这也反过来说明此类臭豆腐的受欢迎程度。

臭豆腐之外，湖南、江西、浙江等地还有所谓的“霉豆腐”（又名“毛豆腐”），这也是豆腐发酵的一种。尤其独特的是，霉豆腐发酵时是肉眼可见的一身白毛，而经过一段时间的密封后，这种独特的霉味和鲜红的辣椒粉所混合的味道，是很多南方人下饭时的最爱，却让北方人避之唯恐不及。

在北方，北京的豆汁名气很大，很多人跑到北京城往往都要尝试一下。但是，绿豆磨汁发酵后有些类似泔水的酸馊味，也不是一般人可以接受得了的。此外，云贵川的鱼腥草让当地人爱不释口，可是这种类似草药的绿色食品，它的营养价值虽然很高，但它与生俱来的鱼腥味也让很多人打了退堂鼓。

目前，国内流行最广的怪味食品恐怕还是广西的螺蛳粉。这种粉的异味主要源于酸笋发酵后形成的硫化氢和3-甲基吲哚（俗称“粪臭素”），但要是能跨过味臭那道坎，便会越吃越香，妙不可言。如此，你敢尝试吗？

本版图片均为资料图

湖南霉豆腐。

