



酸鱼汤。



盐焗鲷鱼。



香煎红线鱼。



椒盐马鲛鱼。



清蒸石斑鱼。



海鲜糟粕醋。



酸豆酱汁鳗鱼。

文化中国行

一口鱼鲜「海」滋味

■ 海南日报全媒体记者 刘梦晓

海里的滋味，来到舌尖，是什么味？答案藏在鱼身上。

又到一年开渔时，恣意跳跃的鱼儿，被网到了海南人的餐桌上。于是乎，一场几乎带着神秘仪式感的吃鱼盛宴开启了。

海南有众多港口，渔民更是不计其数。开渔之后，渔网撒向大海，捕捞上岸的鱼类也各不相同。尤令人惊奇的是，不同的鱼有不同的吃法，不同的地方也有不同的吃鱼习俗。甚至于从一条鱼的吃法中，还能看到各地不同的生活场景，更觉妙趣横生。

品味鱼之鲜香

海南人的舌尖，有一种神奇的功能：鱼鲜不鲜，吃一口便能尝得出。

“很简单，鲜鱼肉像蒜瓣，吃起来鲜甜。不鲜的鱼肉已经散了，吃起来带着粉质感，差别很大。”文昌高隆湾近清澜港，这里汇聚着大大小小的海鲜餐厅。刚从父亲手中接过接力棒的年轻餐厅老板郑鑫说，鱼从市场到餐桌，会把住一道道关，从鱼眼睛的凸起、鱼鳃的颜色、鱼身的软硬程度等几个指标判断，“不鲜甜的鱼根本上不了我们的餐桌”。

想要获得最新鲜的鱼，就要盯紧渔船靠岸的时间。每每渔船靠岸，清澜码头总是挤满“抢鱼”的人，有的是为餐厅采购，有的则是把鲜味带回家。

清澜港的渔民出海后多向东南行走，带回的渔获多以鲷鱼、多宝鱼、蛤蚧、鲍鱼以及各类杂鱼为主。运气好时，还能捞上石斑鱼、野生东星斑等，能卖出个好价钱。等天气再凉一些时，就可以带回马鲛鱼、鲷鱼等鱼类。

“这些鱼类可以清蒸、香煎，做杂鱼煲，有的可以打边炉。还有一些特殊的做法，让人们吃到不一样的鲜味。”郑鑫说，清蒸的鲷鱼、多宝鱼经过热油一淋，香气四溢；野生的东星斑，可以清蒸，也可以做刺身，是难得的佳品。

值得一提的是鲷鱼饭。在文昌一带有鲷鱼饭，是一种颇具特色的乡村美食。海南琼菜美食文化宣传大使、《拾味海南》与《风味文昌》作者李子介绍，在这些地区的农村家庭，过去村民常用大铁锅蒸米饭，在米饭上面会加一层篾子用于蒸制鲷鱼。柴火的温度，让米饭和鲷鱼同时受热，鲷鱼的汤汁透过篾子流到米饭中，在时间的催化下，和米粒完美地合二为一，让米饭有了鱼特有的鲜香。

从清澜港向北来到海口市演丰镇，也是一处吃鱼好去处。这里八九月的鱼类以麻鱼、龙胆鱼、石斑鱼为主，到了十月、十一月，则有鲷鱼、马友鱼、红花鱼、西仔鱼等鱼类，可以说一年四季都有不同的鱼类上岸，大大丰富了人们的餐桌。

在琼海潭门，10年前从广东返乡的王小珍在镇上开了家私房菜馆。早在2016年，王小珍就注意到潭门海鲜的发展前景，受益于“造大船、闯深海、捕大鱼”，她敏锐地觉察到，来自深海的潭门海鲜品质优良，又无污染，于是她的私房菜馆主打销售野生、新鲜的海鲜食材。

金钱鱼、马头鱼、野生老鼠斑、东星斑、银鲳鱼、野生大金枪、燕尾星斑……渔船靠岸时，王小珍就是抢货大军中的一员。这些从南海深处返回的海鱼，有不少是稀有品种。“现在不少顾客从线上找我订鱼，很多鱼一拿货就要立刻冰鲜发货。”王小珍说，对海南鲜鱼喜爱的客户有很多，通过线上沟通，不少外地人也学着本地人清蒸、白灼、打边炉，用最简单的烹饪方式，品味着海南鱼之鲜。

鱼干自有妙处

每天凌晨不到4时，儋州市海头镇渔市便已热闹起来。渔民吆喝声、食客询价声、车船鸣笛声交织成曲。不少渔民已经支起了临时摊位，将刚捕捞回来的渔获就地售卖。作为渔获上岸后的第一站，码头成了饕客们抢“鲜”的首选之地。前来购买的市民游客游走在各摊位前，精挑细选着海鲜。

当地居民张庆闻“鲜”而来，沉醉于白马井美景的同时，也很喜欢码头采买这种形式。“今天选了一些带鱼、螃蟹还有虾，带回去尝尝鲜。”张庆说。

开渔后，儋州的不少渔港码头进入了24小时工作模式。清晨5时，越来越多的渔船陆续归来，渔民在船上忙着清点渔获，搬运工人则将整理分装好的海鲜运送至货车上。“捕到的带鱼、螃蟹、琵琶虾，有的运到批发市场，有的运到预订好的顾客手中。”渔民喜爱花高兴地说。

儋州的水产码头可以说是女人的天下，数百上千名“渔婆”聚集在各港口，翘首以待渔船归来，当渔船满仓归来时，“渔婆”们蜂拥抢购鲜鱼，她们头戴或尖顶、或圆顶的竹编斗笠，脚穿各色水靴，肩挑扁担与箩筐，集聚在码头……

而海头镇的“渔婆”，还擅长一种制鱼方法——鱼干。已晾晒30多年鱼干的羊丽英有丰富的经验，她说海头晒鱼干以红鱼为主。“它是吃鱼长大的，所以肉很好吃。”羊丽英说，红鱼掠食小型鱼类，个体细小的红三鱼、银米鱼等都是它的食物，红鱼肉厚刺少，肉质鲜美，蛋白质含量高，营养十分丰富。

当地渔民介绍，红鱼基本上一出水面就会死亡，过去保鲜技术不成熟，所以漂泊在海上的渔民捕到红鱼后，会直接在船上剖肚摊开，晒成板形的红鱼干；或是在鱼腹内塞满海盐，做成“咸鱼粽”，待靠岸后晒干。

虽然现在保鲜技术已经跟上，但长期以来人们对红鱼干的喜爱，让这道美食经久不衰——红鱼干炖五花肉是儋州人绕不过的一道菜。从业40年的厨师孙绍仁说，将腌制好的红鱼用130摄氏度的热油下锅爆炒，再搭配切成方形小块肥瘦相间的五花肉，按固定的比例将红鱼和五花肉放入砂锅，不放盐油，保持原汁原味，慢火炖20分钟便可食用，“这种原始的烹饪方法最能释放鱼和肉的新鲜味道，依靠海产自带的鲜味就足够了。”

大海的馈赠着实丰富，能做鱼干的也不止红鱼。在昌江黎族自治县昌化镇，麻鱼网干是当地有名的特产。“新鲜的麻鱼，可以用来焖、煮、炸，与酸菜、酸瓜或榨菜一起煮，口感更丰富，炸麻鱼可以做成酸甜味的。至于麻鱼网干，一般用来煮汤，比如煮排骨汤、猪蹄汤，用来炖五花肉也很鲜美。”当地餐饮店老板王少梅说。

苦辣酸甜个中味

“海南不管哪个海岸，吃鱼的方式相差无几，白灼、清蒸、鱼汤、焗、香煎，这些做法能够激发鱼的鲜甜味。”李子说，很多时候，人们其实对食物的烹饪方式并不追求细致。有些渔民甚至不清理鱼的内脏，直接就丢进水里煮，“但奇妙之处就在于，煮出来的汤特别鲜，鱼肉也充分保留了大海赋予的天然美味。”

不过也有一些特别的存在。比如酸味和海鲜，能碰撞出全新的味觉体验。

源于文昌的糟粕醋已经火遍海南的大街小巷。以糟粕醋为汤底的火锅，其中一道诱人的菜便是海鱼。这是一段鱼和米的相遇相融。

糟粕醋的灵魂在于米的发酵。李子说，品质上好的糟粕醋，大米要经过十天半个月发酵。经过时间的沉淀，米粒膨胀成了米花，融合酒精后，散发出米醋的香气。端上桌的鱼要鲜，待糟粕醋锅底沸腾之后，趁着热气将鱼投放至锅中，大火咕嘟，只需几分钟，醋的酸辣和鱼的鲜之间就产生了奇妙滋味。掌管鲜味的谷氨酸，在此刻得到最大的释放，从鼻尖到舌尖，妙不可言。

和糟粕醋发酵后的酸不同的是，在儋州、东方一带和陵水、三亚置家人生活的地区，还有一种融合了自然果酸的海味——酸汤鱼。“酸汤鱼汤水的主料是酸豆。百年老树上的酸豆经过发酵，煮制成汤，就有了来自植物本身的酸味。”李子说，酸豆的发酵处理是一种吃法，和贵州的酸汤鱼用发酵的番茄做汤底类似。另外一种则是直接入汤，让汤汁有了更原始的酸味。有的时候，酸汤鱼中还会加入酸杨桃，又使得鱼汤带有水果的清香。

除了酸味，海南人食鱼版图上，还有一块独属于“黑暗料理”的地带。

它确实足够黑暗：一盘墨鱼不去墨汁，烹调后满盘黑色。可这样的黑色，是很多本地人的心头好。

“虽然墨鱼汁看着有点暗黑，但是它的味道却极其鲜美，且口感也很好。”李子说，很多人被墨鱼汁吸引，在于它初入口时有些微苦，伴着墨鱼肉的鲜甜，尾调开始回甘，“由苦到甜的转换，自然顺滑，是大海又一层丰富的滋味。”

在临高，将海鱼用芭蕉叶子层层包裹，再投放进土窑里高温烘烤，亦成就一道美味。叶子的清香、鱼的鲜香，经过烘烤后层层传递，混合在一起，那滋味只有一个字：绝。

经典鱼味

琼海

陵水

壹家海鲜鱼粥、陵水酸鱼汤、蓝鳍金枪鱼刺身

海口

清蒸石斑鱼、椒盐马鲛鱼

文昌

鲷鱼饭、清水蒸灯光鱼

万宁

万宁鱼汤、炖竹棍鱼

琼海

一锅鲜、深海鱼刺身、粥底火锅鱼

东方

鱼粽、海鱼丸、酸瓜鱼

三亚

酸汤鱼、清汤红袍鱼

乐东

扁豆酱焖海鱼、鱼茶、炭烤马友鱼

儋州

清蒸红鱼、红鱼煲、红鱼干炖五花肉

临高

土窑海鱼、番茄煎红杉鱼

澄迈

鱼酱、特色酸菜鱼

文字/刘梦晓 制图/杨千懿

来源：海口网、海口日报、海口发布