

知味海南



西蓝花煮鱼胶。

【编者按】

在探索一座城市的灵魂时,味觉往往是最直接而深刻的途径。海南,这个四面环海的热带天堂,以其独特的地理位置和丰富的自然资源,孕育出了独具特色的琼菜文化。从传统到创新,从守味到开拓,琼菜不仅仅是一道菜肴,更是海南人民生活哲学和文化传承的体现。而南下南洋的历史浪潮,则让琼菜跨越山海,与南洋风味相遇、交融。海南人将琼菜带到南洋,而华侨又将融合了南洋特色的琼菜带回海南,两者相互影响、渗透,不断推动着琼菜的丰富与发展。在这不断交融的过程中,琼菜焕发出新的生命力。

# 琼菜新传

■ 海南日报全媒体记者 邱江华



万宁和乐蟹。



清炖东方羔羊。

说起琼菜的食材,人们不约而同会想到海鲜,这是因为海南四面环海,海的馈赠从不吝啬;说起琼菜的味道,留给人们最深的印象是“鲜甜”,这和海南人的简单、淳朴不无关系。如今,时代大潮滚滚向前,琼菜也在传承中不断创新,一如这座岛屿海纳百川的气质。

守味 不能丢掉“鲜”字招牌

白切鸡、白灼虾、白斩羊……试问哪个海南人的餐桌上,没有出现过这样一道用最原始烹饪方式制作出的菜肴?一锅清水烹出食材本身的味道,被海南人概括为一个“甜”字。这“甜”,就是对菜肴的最高赞誉,也是对食材的孜孜追求。

海南人喜“鲜”,这与当地的自然禀赋离不开关系。俗话说“一方水土养一方人”,海南岛孤悬海外,坐拥山河湖海等自然资源,物产丰富,食物呈现立体构架——海鲜万类,常年不断;陆产千种,四季飘香;山珍百味,日益鲜美。

而在烹饪方式上,海南人始终践行着那句广为流传的话——“高端的食材往往只需要最朴素的烹饪方式”。琼菜以蒸煮为主,烹饪过程坚持少油、少盐、少配料,不提倡多种形式、多道工序的过度加工,尽量保持食物的原形态、原本性、原品质,因此能保持食材的原汁原味、新鲜清爽。

正如《中国烹饪百科全书》中对琼菜的描述:“取材立足于海南特产,鲜活为主;味以清鲜居首,重原汁原味,甜酸辣咸兼备,讲究清淡,菜式多样。”

琼菜的菜式和烹饪技法一直在随着社会的发展进步而调整演变。过去,以清水慢煮文昌鸡,吃的是原汁原味;现在,各种新制法的文昌鸡层出不穷,吃的是创意风味。但不管是脆皮文昌鸡、鲍鱼文昌鸡,还是椰蓉文昌鸡……文昌鸡“百变”的背后,总是要“鲜”味打底的。

“琼菜再怎么变,都不能丢掉‘鲜’字招牌。琼菜要走出海岛,坚持从优质食材中获取本味是关键。”这是业内人的共识,追求“鲜”,一方面是现代人健康饮食的追求和回归,另一方面也是对琼菜食材优质的再次肯定。

创新 以“果”入饌新意十足

说起新式琼菜,以“果”入饌应该是最为鲜明的特征之一。海南四季飘果香,是全国人民的“果篮子”。在本地,将水果做成酸甜可口的菜肴便是岛民的厨房秘方之一,这不仅让琼菜变得更美味,也更有营养价值。

荔枝烤鱼卷酥脆可口、贵妃墨鱼仔酸甜爽口、荔肉烩鱼胶香甜有嚼劲、荔枝桂花糕清香扑鼻……深耕琼菜20多年的海南厨师黄川健近年来已研发了四五十种荔枝琼菜,让人大开眼界。

“荔枝入菜,其他食材能充分吸收荔枝的酸甜味,口感清而不淡、鲜而不俗,比如荔枝老鸭汤,果香中带鲜甜,补而不燥,生津止渴,具有强心提神、补气养血的效果。”黄川健说。

三亚海棠湾天房洲际度假酒店天府中餐厅行政主厨陈家胜研发的百香脆果玉带皇,品相、味道俱佳。他介绍,制作这道菜要先将百香果肉取出,制成酸甜可口的酱汁,接着将带子洗净煮熟,放在薯片上,淋上调好的酱汁,撒上腰果脆。

无独有偶,陈家胜研发的香酥榴莲嘉积鸭也颇受食客喜爱。他将嘉积鸭卤熟,去骨、剁碎,加入新鲜的榴莲果肉,搅拌均匀放入面皮中裹好,然后用小火煎至焦黄酥脆。“这道菜外酥里嫩,果香和鸭香相得益彰。”他说。

以“果”入饌多受欢迎?不仅有酒店、酒家将其制成“当家的”宴席菜,在一些大排档、小摊上也备受推崇。

在三亚一些街头小店,有一道特色菜,名为杨桃鲜鱼汤。厨师调制杨桃鲜鱼汤一般选用酸杨桃,挑选皮滑肉嫩的海鱼放入沸水中,再依次加入酸豆、辣椒,鱼汤出锅前加入杨桃片,最后放油、盐调味,一锅的杨桃鲜鱼汤就做好了。

“杨桃的果香消解了海鱼的腥味,天然的果酸令鱼汤又增几分鲜美,一口热汤下肚,顿觉鲜爽酣畅。”食客李雅之说。

开拓 文旅融合“烹”出新味

追溯琼菜的起源,大概要回到20世纪20年代。彼时,海口出现一批较大的茶楼、酒家,随之传入粤菜烹饪技艺,部分餐饮店的厨师以海南地产食材为基础钻研提升厨艺,做出了一批海南风味菜。

如今算起来,琼菜已在饮食江湖中走过了百年时光。时光流转,政府有关部门、商家始终致力于深度挖掘琼菜文化内涵,通过打造琼菜品牌美食IP,举办各类美食交流促销活动等,让琼菜愈发具有强大的生命力。

中国(海口)琼菜美食节、海口国际时尚美食消费季、海南鸡饭创新发展论坛……近年来,海口为打造琼菜品牌开展了一系列餐饮促销活动,使得琼菜的发展持续保持着较高的增长势头。

纵观海南餐饮江湖,琼菜一如既往占据主体地位,市场上,龙泉人、厨房好味、琼菜记忆、新海府粥城、拾味馆、琼州往事等主打琼菜的连锁餐厅经营特色突出,从细节上让消费者获得沉浸式体验等方面着手,让消费者了解更多的琼菜美食文化。

今年9月,海南省酒店与餐饮行业协会正式发布了“百道海南菜”具体名单,涵盖众多经典琼菜,如白斩文昌鸡、糟粕醋火锅、干煸五脚猪等。整个评选过程历经数月,网络投票环节累计超50万人次,在省内掀起了一股品海南美食、评海南美食的热潮。

政府搭台、企业唱戏、消费者得实惠。“每当有外地朋友到访,我都会带他们吃一顿极具特色的美味琼菜,吃过的朋友无不说好。”海口市民李明利说。

“越来越频繁的美食交流活动,让琼菜不断融合各地精华,更加多元丰富。”海南省酒店与餐饮行业协会秘书长陈刚说。

## 海南名菜(部分)

- 白切文昌鸡
- 白斩嘉积鸭
- 干煸红树林咸水鸭
- 醉香温泉鹅
- 文火煮白莲鹅
- 红扣东山羊
- 红烧带皮小黄牛
- 定安仙沟牛肉火锅
- 临高烤乳猪
- 东方四更烤乳猪
- 海南胡椒地猪肚
- 干煸五脚猪
- 红烧黑猪肉
- 生灼海南红角虾
- 香煎铺前马鲛鱼
- 儋州红鱼腩肉煲
- 清蒸万宁和乐蟹
- 盐焗花螺
- 蒜蓉蒸曲口生蚝
- 黄椒蒸龙趸鱼
- 三亚酸汤鱼
- 蒜蓉蒸光村沙虫

## 叻沙: 彰显南洋之开放包容

很多人认识叻沙,就是从新加坡开始的。在诸多南洋美食中,叻沙无疑是融合得最彻底的一个。中式的热汤粉或面条汤,加上十几种热带香料和椰奶熬制的汤底,让它不仅成为南洋的代表食物,更是这段移民历史的最佳见证。

“在没有亲自尝过叻沙之前,你很难想象十几种香料混在汤底里是什么味道。”来自山东的游客易佳说,初尝是酸、甜、咸、辣、鲜的集合,但细品之下,又有绕舌百味。因为里面加入了椰浆,起到了调和的作用,各种味道才不至于太突出,整体吃起来有丰富而不失醇厚之感。

跟大部分汤粉类食物一样,叻沙好吃的秘诀在于汤底。各家熬制叻沙汤底的原料略有出入,但大体上离不开香料加海鲜的搭配组合。将鱼、虾、贝中的一种或几种,搭配香茅、南姜、罗望子、红葱头、姜花、辣椒等香料熬制若干小时,直到原料完全融入汤中。所以叻沙的浓郁,比任何一种汤粉都更加决绝。

叻沙太复杂又太包容,就像南洋文化融合了多元文化的地区。在文化大熔炉的锤炼下,一碗叻沙正是兼容并蓄的移民文化在餐桌上的最好体现。

## 肉骨茶: 有温度的平民美味

天气渐冷,此时来上一碗热乎乎的肉骨茶,倍感温暖。据介绍,肉骨茶里没有茶!之所以叫肉骨茶,是因为老一辈华人在吃这道美食之后,会饮用茶汤解腻,久而久之被人称为肉骨茶。

肉骨茶美味背后是南洋华人的辛酸历史。20世纪初,华人下南洋,在南洋炎热又潮湿的气候下,从事非常繁重的苦力活,不少人患上风湿恶疾,无法工作,日子苦上加难。

相传,一位中医用马来西亚出产的胡椒,加上当归、党参、肉桂等中药材配置成药包,与猪排一起炖煮。一道既能祛除湿气,又能补充体力的美味就此诞生。

在南洋地区消费肉骨茶的人群主要是华人。每个不同族群的华人聚集地就有不同风格的肉骨茶。就和豆腐脑分南北一样,南洋肉骨茶江湖中也有几大流派争得不可开交,比如黑汤系的福建派、白汤系的潮州派等。

如今,吃肉骨茶早已成为了新马地区民众的生活习惯,在老一辈人眼里对肉骨茶的情感是不能言表,青年一辈也耳濡目染,吃肉骨茶都已融入基因。

说起南洋,你会想到什么?是海口骑楼老街那一幢幢别具风格的建筑,是东南亚那些色彩斑斓的服饰,还是肉骨茶、叻沙等浓醇厚的美食?近日,“南洋‘食’光·源味海南——新加坡美食荟”在海口骑楼老街举行,让我们以食溯源,通过那一道道南洋美食,唤起对南洋往事的记忆,一同感受南洋风情。

## 南洋好「食」光

海南日报全媒体记者 邱江华

肉骨茶 资料图



## 斑斓美食: 舶来品本地扎根

在各具特色的南洋美食中,以斑斓制成的食物可谓浓墨重彩的一笔。斑斓是一种热带绿色植物,在新加坡和马来西亚很常见,因其独特的香气和食疗价值深受当地居民喜爱,当地人经常用新鲜椰汁混合斑斓叶制作各种食物。

比如斑斓叶包鸡,是用斑斓叶包裹着腌制好的鸡块放入油锅炸。炸制完成后,外裹的斑斓叶会变脆,呈浅咖啡色,淡淡叶香渗入鸡肉里,外皮干脆而肉汁尚存。吃时配以泰式传统材料做成的酱汁,风味更佳。又比如加入了斑斓的戚风蛋糕,会比原味蛋糕多了一层浓郁的青草香,既增香又解甜腻。斑斓和椰奶、柠檬茶等相结合后制成的饮品,也具有独特的风味。

20世纪30年代,文昌人到南洋后接触到斑斓美食,深深迷上了这种异国风味。不久后将斑斓种苗带回了海南。由于海南的气候和斑斓原生地气候较为接近,华侨将斑斓引种回海南后,斑斓便在这里迅速生长起来。

如今,在文昌市重兴镇,斑斓被人们种在椰子树、槟榔树或橡胶树下,其散发的香气弥漫在林中,令人陶醉。

## 海南鸡饭: 寄托乡情的美味

“一碗油润的米饭,搭配一块鸡肉,看起来平平无奇,没想到吃起来满口留香,特别是米饭,感觉能吃下好几碗!”来自福建的游客张画捧着一碗海南鸡饭,赞不绝口。虽然叫“海南鸡饭”,但其早已走出海南,要说最盛行的地方,海南之外就是新加坡了。

海南鸡饭食材简单,制作起来却大有讲究。据介绍,鸡肉不是用滚水煮熟的,而是在热水里慢慢泡熟的,这样做出来的鸡肉爽口、鲜嫩。而鸡油饭的精髓在于用鸡汤来煮饭,再辅以蒜头油,煮出来的饭饭香可口,油而不腻。

早在19世纪末20世纪初,海南人下南洋的浪潮把海南鸡饭带到南洋。当时,有些琼籍华侨暂时找不到工作,生活没有着落,为了谋生,他们便卖起了家乡的鸡饭。大街小巷便出现了沿街叫卖“海南鸡饭”的琼籍小贩,他们挑着两个竹篮,一个放着白斩鸡,一个装着淋了鸡汁的饭团,这就是最初的“海南鸡饭”。

历经一个多世纪,海南鸡饭由海南本地常见饮食,演变为东南亚华侨华人的特色饮食文化,最终成为新加坡、马来西亚的国菜。

香煎马鲛鱼 本组图片由海南日报记者 邱江华 摄

看海南