

画里屯昌

春节的脚步声渐近，行走在屯昌的大街小巷，你能感受到浓浓的烟火气和年味。

屯昌美食千百味，每一味里都有地域文化和饮食习俗。餐桌上，不需要精致的摆盘，由屯昌黑猪肉领衔的“硬菜”，带你解锁N种美味；不用太花哨的包装，花生饼、红糖年糕等香甜小吃，既让返乡游子解了嘴馋，又让外地游客品尝到了屯昌风味。



大屯香牌红糖年糕及其原料。受访者供图

装盘后，夹几片煎炒得表皮微焦的腊肠放进嘴里嚼上几口，香味在唇齿间回荡，令人胃口大开。

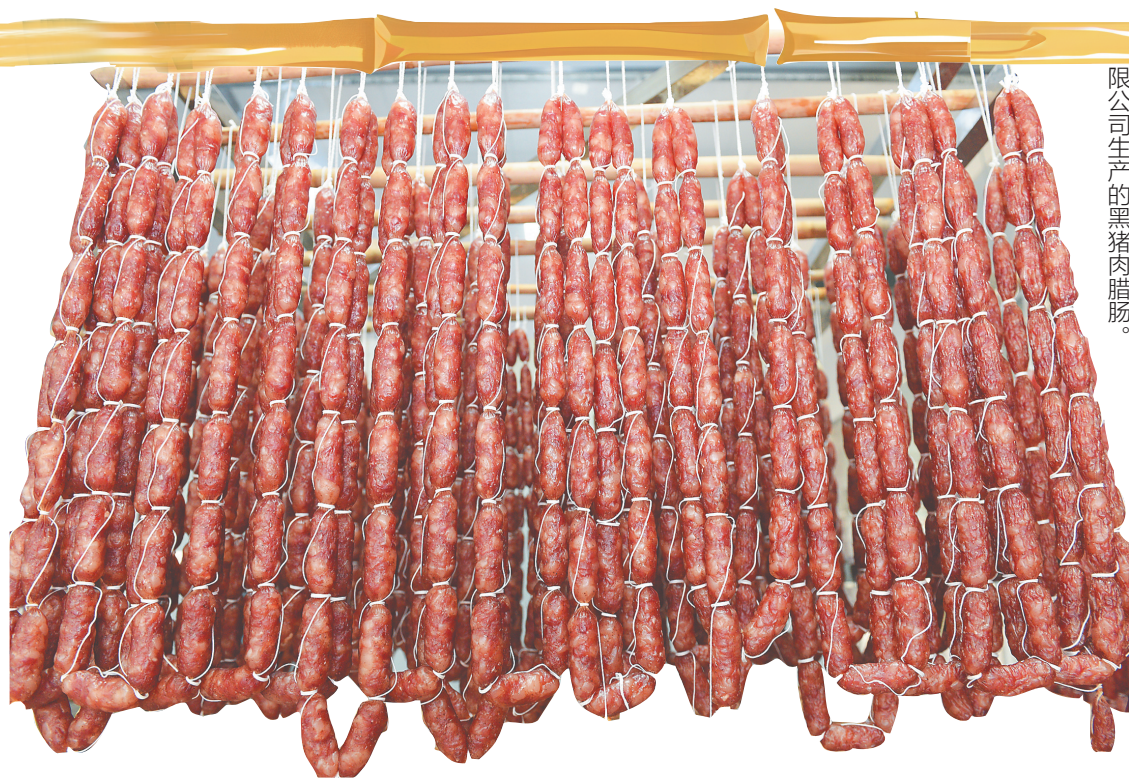
屯昌黑猪以皮薄、肉嫩、味香闻名，它是当地名优土特产，也是国家地理标志产品。每逢佳节，屯昌人总会用黑猪肉做几道拿手菜，接待亲朋好友。

“只需放一点最常见的调料，无论是涮、煮、炒、煎，还是焖、炖、烤、炸，屯昌黑猪肉都非常好吃。”屯昌县餐饮烹饪协会副会长谢栋介绍，屯昌黑猪品质优良，在屯昌“十大名菜”中，以屯昌黑猪肉为原料的菜肴占了四席，分别是蒜香炸排骨、烤乳猪、香煎五花肉、特色猪脚，而在屯昌“十大小吃”

### 由黑猪肉领衔的“年菜”

农历十二月下旬，我国许多地方有“杀年猪”、灌腊肠的习俗。在屯昌这座南方小城，人们也会灌腊肠，为过年做准备。

黑猪肉腊肠是屯昌的特色“年菜”。选取屯昌黑猪后腿肉及脊膘等部位，经去筋膜、腌制、拌馅、灌肠、烘烤等多道工序，腊肠散发着浓浓的油香味。试想一下，当热锅里的猪油开始滋滋作响，将切成薄片的腊肠放入锅中翻炒，诱人的香气在空气中弥漫，



屯昌县昌味之源食品有限公司生产的黑猪肉腊肠。

# 屯昌—— 地道美食藏年味

■ 海南日报全媒体记者 曾毓慧 通讯员 林小丹

中，也有屯昌黑猪肉涮粉、黑猪肉粽跻身榜单。这些美食是春节期间当地人餐桌上的“常客”。

### 特色“年夜饭”菜包粽

同样是吃“年夜饭”，琼北地区春节期间流行吃鸡油饭、饭团，定安等市县居民偏爱菜包饭，屯昌一些地方则保留着吃菜包粽的习俗。

长期关注当地民俗文化的屯昌县图书馆馆员王家标介绍，粽如其名，菜包粽就是菜叶包着的粽子，与常见的棱角分明的端午粽不同，菜包粽呈团状，做法不算复杂。具体步骤是：先将糯米煮软，倒入适量红糖搅拌均匀，蒸熟后捞出；将宽厚的菜叶放在沸水中烫软后捞出，摊在盘子里；舀一勺蒸好的糯米饭，将其压成饼状，再将提前炒好的花生和红枣、切好的腊肠及冬瓜糖果等混合放入饼块的凹陷处，然后将边缘卷起包成团状；最后，用菜叶裹住糯米团，放进蒸锅里蒸熟。

“一口咬下去，可以吃到菜、饭、馅，舌尖同时感受到花生的酥香、冬瓜糖的香甜、腊肠的油香。”屯昌南坤镇新村村民钟来姑对菜包粽情有独钟。由政协屯昌县委编委编纂的《屯昌乡村特色文化故事》提到，相传早些年，当地农民进山干活，随手将上述食材混在一起，创制了菜包粽，他们发现这种食物既能填饱肚子，也不容易变馊，便将它一代代传了下来。后来，菜包粽慢慢成为当地人春节餐桌上的主食之一。

春节期间，芹菜炒粉条也是一种颇受屯昌人喜爱的主食。当地居民会提前将粉条泡软煮熟，炒芹菜时放入花椒油和肉丝，芹菜和肉炒到半熟时再把粉条倒入锅中翻炒。“芹”与“勤”同音，所以这道美食有勤劳才能有好收成的寓意。”王家标说。

### 软糯香甜的年糕

春节期间，屯昌不仅有特色菜肴、主食，还有多种香甜可口的糕点小吃。

红糖年糕是海南的一种特色美食，在屯昌它被赋予了不一样的口味。近日，在屯昌县南吕镇大罗村大屯香食品加工坊里，土灶里的柴火烧得正旺，“80后”返乡创业大学生甘娥与工人们正忙着蒸煮一锅锅不同风味的红糖年糕。

“按不同配比准备好糯米粉、粘米粉、姜汁红糖等原料，加水搅拌均匀，再倒入大锅蒸煮。”甘娥介绍，除了传统的红糖口味，大屯香还推出了多款新式年糕，比如红糖椰奶年糕、斑兰年糕等。制作红糖椰奶年糕，须用老椰子的椰肉榨汁，再将汁水倒入锅中蒸煮；制作斑兰年糕，须先将斑兰叶捣碎绞汁，滤掉残渣，再将汁水倒入锅中蒸煮。在这一过程中，两手得各持一根木棍不停地搅拌，确保椰汁、斑兰汁能均匀渗入米粉内，直至混合物变成黏稠状的年糕。最后，将年糕倒进鲤鱼、金砖等不同造型的模具中，并压实成型。

王家标介绍，年糕有“年年高”的美好寓意，当地居民会在年糕表层撒上一些芝麻粒，或嵌入几颗红枣。正月初三“赤口日”，人们端着年糕去祭拜祖先，或是用花生油煎年糕吃，



乌坡花生饼。本版图片除署名外均由林小丹摄

希望新的一年生活和事业“年年高”，日子红红火火。

同属“香甜系”的薏粿，在屯昌年味美食圈亦占有一席之地。几年前，曾在深圳、上海等城市星级酒店担任厨师长的屯昌人郑渊恒返乡创业，注册“郑师傅”商标，用心烹制家乡美食。他介绍，用于制作薏粿的食材与年糕大同小异，加水将糯米粉、粘米粉等搅拌均匀，揉搓成面皮状，放入翻炒过的花生碎、红糖椰丝、芝麻等馅料，包成团状，然后隔水蒸熟。刚出锅的薏粿软糯香甜，咬一口回味无穷。

### 略带咸味的花生饼

香酥味，是屯昌年味不可缺少的一部分。乌坡花生饼，是屯昌“香酥派”美食中的佼佼者。

“花生富含营养物质，有一路生花、多子多福等美好寓意，用来制作年味美食自然很受欢迎。”郑渊恒介绍，乌坡花生饼老人小孩都爱吃，其主要特点是饼中的花生仁虽小，但个头饱满，且数量很多。一块圆形花生饼直径只有七八厘米，但饼身密密麻麻堆了两层花生仁，一般花生仁总数不少于40颗。

在“郑师傅”食品加工坊里，师傅们先加水将木薯粉、糯米粉、花生仁、盐等搅拌成糊状，再将糊倒进长柄模具里置于热油中，过了一小会儿，花生饼表面变成金黄色，被取出油锅。“花生饼装盘后，等热气消退再吃，口感才最香酥、清脆。”郑渊恒说，乌坡镇土壤肥沃，当地每年种植上万亩小种花生，这为他们制作花生饼和用花生榨油提供了充足的原料。

同样香酥的还有屯昌京果，但京果的味道是甜的，与咸味的花生饼不太一样。制作京果，须先将糯米粉、白糖、食用油、水等搅拌发酵，再加面粉揉成或切成一小段一小段，甩进油锅中，当其表面被炸至金黄色时，马上捞出。有时，当地人会将炸好的京果倒进准备好的白糖浆中，让它们裹上一层薄薄的白色糖衣，这样做出来的京果别有一番风味。■

屯昌菜包粽。钟跃贤 摄



香煎五花肉。