2025.9.15 星期一
主编｜罗安明 版式｜张昕 检校｜李彪 邝才热
海南日报

酱香海南·风味

佐味骑兵 琼酱

■ 海南日报全媒体记者 陈蔚林

文化中国行

相信很多海南人都有这样的记忆：天刚蒙蒙亮，街头巷尾接连响起碗勺碰撞的声音。走进熟悉的小店，店家捧来烫手的面碗，只见奶白汤汁里盘桓着纤长的粉面，一抹鲜亮的金黄若隐若现于袅袅热气之中。

这抹金黄，就是黄灯笼辣椒酱。采摘的新鲜辣椒经过反复舂捣，与油、盐、蒜末等充分交融，经过短时发酵形成层次分明的辣酱——先喝一口醇香的面汤，舌尖刚被温柔包裹，高达17万个辣度单位的黄灯笼辣椒开始释放威力，猛然激出食材的鲜香滋味、额头的细密汗珠，痛痛快快地打开了全新的一天。

一勺辣酱，只是洒落星星点点，就能把一碗汤面的口感大幅提升，这无疑印证了那句名言："酱者，百味之将帅，帅百味而行。"在海南，人们对酱料的讲究，不亚于关心食材是否新鲜、烹饪技法是否地道。无论是虾酱、什锦酱、辣椒酱，还是扁豆酱、捞叶酱、益智酱……一勺好酱的融入，就能让"清淡"有别于"寡淡"，为食客增添舌尖上的快意。

编者按

8月开渔以来，三亚、乐东等地流行吃酸豆鱼（酸汤鱼），这直接带动了酸豆酱的销售。虾酱、扁豆酱、酸豆酱、黄灯笼辣椒酱、益智酱、捞叶酱、荔枝酱……海南人利用本地食材，制作出品类丰富的酱料，为琼岛风味写下精彩一笔，本期《海南周刊》封面聚焦酱香海南，敬请关注！

百香果酱。李子兄弟 摄

虾酱。资料图

什锦酱。资料图

扁豆酱焖鱼。苏隐墨 摄

酱与生活
就地取材、物尽其用

现代厨房里，各种酱料琳琅满目——甜面酱甜里带鲜，与肉丝一炒就能轻松愉悦孩子的味蕾；剁椒酱辣而不燥，往鱼头上一盖就能从潇湘火遍全国。酱料，就像现成的味觉公式，似乎往食材上一"套"就能"加分"。

然而，许多酱料并非为"加分"而生。

靠山吃山、靠海吃海。就拿海南沿海居民喜食的虾酱来说，在物资匮乏的年代，这是他们一日三餐都离不开的"主菜"。每到初夏，主妇们就开始谋划制作虾酱。她们挑着箩筐从渔港归家，将鲜活的小海虾清理干净，加入适量海盐、姜片等捣成虾泥，在密封的酱缸（一些地方用坛或罐）前日日盼着虾泥的颜色由淡转深、形态变得黏稠。

当一缸虾酱终于大功告成，闻到掀盖时空气中弥漫的咸腥，主妇们总会长长地吁出一口气：有了它的"加持"，碗里的清汤寡水、涩口野菜不再难以下咽，其中富含的虾青素、蛋白质等营养元素，也能为家里卖力气的男人、长身体的孩子稍作补给了。

三亚、乐东等地居民爱吃扁豆酱，也与地理和气候条件紧密相关。这一带雨水相对较少、坡地多，而扁豆这种植物却是撒下种子就能发芽，甚至无需浇水、施肥、除虫。可惜的是，扁豆产量不高，且一年只收一季，主妇们为了合理利用这些豆子，便将其浸泡、烹煮、捣烂，与蒜末、姜蓉、食盐等混合发酵，如此制成的扁豆酱吃上一年半载也不会变质。

后来的研究表明，扁豆酱甜中带酸，适合热带地区食用，其中蛋白质、脂肪、钙、磷、铁等元素丰富，具有健脾、止汗、祛湿等功效。这便为扁豆酱在古崖州地区传承逾400年找到了科学依据。

而今，凭借独特的口感，承载乡土记忆的扁豆酱已然成为琼南饮食文化的载体之一，扁豆酱焖鱼、扁豆酱杂鱼煲等也成了经典的地方美食符号。2023年12月，"崖城扁豆酱制作技艺"被列入海南省第六批省级非物质文化遗产代表性项目名录。

和"崖城扁豆酱制作技艺"一样，近年来，越来越多酱料制作技艺进入各地非遗名录。海口香榭美舍度假酒店行政总厨、注册中国烹饪大师吴盛群认为，制酱既体现了发酵的技艺，也体现了中国人"顺应自然、就地取材、物尽其用"的生活哲学。酱缸、陶罐封存的，不仅是食材，更是人们对生活的热爱和奔赴、对文化的坚守和传承。

酱法传承
好标准来自民间技艺

被列入非遗名录的过程中，"崖城扁豆酱制作技艺"得到了系统梳理。

制作一缸"标准"的扁豆酱，核心工序包含6个步骤：簸筛，精选本地扁豆去除杂质；淘洗，用清水反复冲洗至无沙粒；水煮，将扁豆煮熟至绵软状态；搅碎（或捣烂），手工捣碎成糊状基底；调味，按传统配比加入蒜末、姜蓉和食盐；发酵，装入酱缸、陶罐等容器密封，经30天自然发酵形成特有风味。

尽管有了"标准"，各家各户的、农贸市场的扁豆酱仍是百家百味。调味品的配比、发酵时间的长短，每个细微的不同都会直接影响扁豆酱的品质与口感。三亚市崖州区崖城村的陈良鹏家制作扁豆酱有许多讲究：燃料必须是木材，煮好后还要焖上至少一个小时。而乐东黎族自治县黄流镇的钟永再家注重每一种调味品的比例；盐放多了，会透着咸苦；盐放少了，又少了几分香甜，甚至还有一股霉味。

虾酱的做法则有南北之别。琼南沿海地区的做法较为粗放，追求本味，而琼北会更多地添加白酒，用蒜头油把酱炸一下，一开坛便能闻到烈酒的香醇和浓郁的"腥香"。令龙泉大院花园酒店行政总厨、注册中国烹饪大师云强念念不忘的虾糟也是虾酱的一种，多流行于海口市演丰镇一带。野生的小基围虾打碎后，除了用常规的佐料拌匀，还要加入一定比例的米饭和酒饼。经过约半个月的发酵，虾糟口感微酸带甜，还伴着独特的米酒清香，是炒蟹、酸西瓜、芋头梗最好的"搭子"。

为了用虾糟给自己的烹饪作品添彩，云强曾特意到颇有名气的"演丰炒蟹第一家"，向当地制酱高手柯师傅学艺。"只有跟着看、干中学，才能把其中的奥妙摸清楚。十几年前，龙泉集团尝试做糟粕醋火锅，也曾到文昌罗豆的村子里探访，把年近80岁的林二婆请来现场教学，这才慢慢形成了一套制作糟粕醋的标准体系。"

从海南销往全球各地的黄灯笼辣椒酱，其研发也融入了民间智慧。海南春光食品有限公司研发技术总监陈旭斌介绍，第一批酱料产出后，公司在研发、品控、销售等环节，开展了专业的内部调研、感官测评，又在消费者中大范围征求意见，这才将凝聚众智众力的生产工艺标准化，最终制成既保留传统特色、又迎合大众口味的黄灯笼辣椒酱。

如今，春光食品不仅推出了不同辣度的黄灯笼辣椒酱，还在尝试开发拌饭酱、拌面酱，即以黄灯笼辣椒酱为基底，加入海鲜、牛肉、文昌鸡等本地食材，形成海南元素的叠加效应。

入席点"酱"
DIY"搵碟"的人气王

所有的酱料，最终都要服务于味蕾。在物质生活不断丰富的当下，虾酱、扁豆酱、什锦酱等不再是餐桌的主角，却仍在其中发挥着不可替代的作用。

云强介绍，龙泉集团一直坚持一个经营理念——"老店要炒老味道"，即把最本味的海南菜呈现给八方食客。而"老味道"的烹制，大多就有各式海南特色酱料的"助攻"。譬如，用虾酱炒的地瓜叶、用蒜蓉酱蒸的虾蟹贝、用什锦酱焖的斋菜煲、用黄灯笼辣椒酱焗的石斑鱼，等等。

吴盛群告诉海南日报全媒体记者，什锦酱又被称为"琼酱"，足见海南人对它的喜爱程度。这种酱料由胡椒粉、五香粉、花生粉、芝麻酱，以及糖、醋、酱油、麻油、白酒等制成，里面甚至会加入一些蒸熟的红薯。

和乐蟹是海南"四大名菜"之一，除了经典的清蒸做法，也有以大蒜、生姜等炒和乐蟹的做法。在万宁、陵水等地，有时人们为了提升和乐蟹的口感，会在炒和乐蟹时加入一些什锦酱，这道菜的名称为"琼酱和乐蟹"。

在海南的用餐高峰期，无论是大酒店还是小餐馆，占据佐料盘C位的什锦酱总要不断"补货"，因为它是食客DIY（自己动手）"搵碟"的必选项——一大勺什锦酱打底后，加上酱油、蒜末、沙姜、小米辣、香菜等，再依着口味挤上一两颗新鲜酸爽的青金桔……这一碟佐料，酸中有辣、辣中有甜，可谓百味交织，别说蘸牛羊肉、鸡鸭鹅，就是蘸普通蔬菜也很好吃。

除了这些常见的酱料，海南还有许多"佐味骑兵"：用来蘸白切鸡的沙姜豉油、用来给粉汤提味的野山椒酱，还有拌在酸粉、海南粉、抱罗粉等粉面里的卤汁……不少人偏爱用糖、白醋、甜辣酱等混合制成的酸甜醋，常用它蘸炸饺、萝卜糕、韭菜饼等煎炸食品，酸酸甜甜的口感令人胃口大开，正因如此，坊间才有"一碗酸甜醋，张嘴胖两斤"的说法。

小酱新吃
海岛佳物皆可入酱

在以酱调味提鲜这条路上，总有探索者和先行者。除了什锦酱、虾酱、扁豆酱等"名酱"，海南还有一些较为小众的酱料，比如用螃蟹做的蟹酱、用马鲛鱼做的马鲛鱼酱、用百香果做的百香果酱、用斑兰叶和水果做的斑兰果味酱等。

琼海市博鳌镇万泉河入海口，盛产一种黄色的小型贝类，当地人称之为"螺湿螺"。当地人用它搭配韭菜、鸡蛋等烹制家常菜，还有人用它制作螺酱：用盐腌新鲜螺肉，再加入米糟，装入容器密封，约半个月后就可食用。这种螺酱呈灰黑色，带着海鲜特有的咸鲜味，又混杂着米糟香。

当前，海南酱料这支大"部队"还在不断吸收"新兵"。吴盛群举例，用新鲜叶片打成的斑兰沙拉酱，往炸得脆脆的虾仁上一浇，就能把山野的拙朴与深海的鲜甜一口尝尽。

海口有一家专攻创意海南菜的餐厅——金盘食验室，其主理人李子广泛阅读中医古籍、膳食营养与美食文化等方面的书籍，钻研菜品的最佳搭配和创新做法。

开店3年来，他坚信"万物皆可酱"，先后研发了荔枝酱、捞叶酱、益智胡椒酱、胡椒益智辣椒酱、桂花百香果酱等近20种海南热带水果酱和南药膳食酱。以这些酱汁入菜的益智胡椒酱牛肉、百香果酱汁扇贝、酸豆酱文昌鸡煲等新菜品，风味独特，还有一定的滋补效果，深受消费者喜爱。

李子举例介绍，胡椒干煎鱿鱼仔配菠萝酱，其中的鱿鱼仔属于寒凉之物，于是用胡椒的"热性"调和，再用菠萝的果香提味，让食客既能尝到海岛风味，又避免食多伤身；糟粕醋椰奶文昌鸡，用特殊烹饪技艺将传统糟粕醋熬成酱汁，炖煮鲜嫩多汁的文昌鸡，加入几勺醇厚的椰奶，几种食材相互交融、相得益彰；益智胡椒酱牛肋骨，让优质牛肋骨在文火慢炖中吸饱酱汁，将黑胡椒的辛香、益智的微苦馥郁缓缓渗入纤维，每嚼一口都是对海岛美食的深度探索。

形形色色的海南酱料，在"搵碟"里也好，在汤羹、菜肴、甜品中也罢，都是海南人味觉记忆中的一缕乡愁，更是游客直观感受海南饮食文化的一个窗口。

琼酱食单

⬇虾酱类
- 虾酱芒果
- 虾酱蒸五花肉
- 虾酱空心菜
- 虾酱地瓜叶

⬇扁豆酱类
- 扁豆酱煮生蚝
- 扁豆酱煮海虾
- 扁豆酱焖鱼

⬇酸豆酱类
- 酸豆水
- 崖州酸粉
- 酸豆酱文昌鸡煲
- 酸甜蟹
- 酸鱼汤

⬇益智胡椒酱类
- 益智胡椒酱牛肋骨
- 益智胡椒酱三文鱼

⬇什锦酱类
- 什锦酱小黄牛煲
- 琼酱和乐蟹

⬇其他酱类
- 捞叶酱千煸鸭
- 马鲛鱼酱拌饭
- 荔枝酱面包
- 蓝莓酱酸奶
- 斑兰果味酱沙拉

制图 张昕
文字 罗安明

金盘食验室研发的各式酱料。李子兄弟 摄