

一方市集，是海岛与大海对话的微小切口。

潮起潮落间，近海渔船载着渔获靠岸，鲜鱼、海虾顺着渔港的流通脉络，流向海南城乡大大小小的菜市场。在这里，交易不只是一手交钱、一手交货的物资交换。摊主识海味、辨物产，熟客守着多年的老摊位，几句闲谈，便完成一次人与人之间的相逢。当国内多地传统市集在现代消费浪潮中渐次退场，海南的菜市场依旧保持着绵长的生命力。

中山大学旅游学院副教授钟淑如，历时十年踏遍全国五十余城、两百多个菜市场，写成《中国菜市场》一书。为读懂海南市集独有的生存逻辑，她曾化身鱼贩，在当地一家马鲛鱼摊沉浸式生活14个月。田野间的观察让她看见，海南菜市场藏着一套独属于海岛的秩序：物产流转、人情往来、饮食习俗在此交织，一摊一灶，皆是山海孕育的生活本相。

因食追问

学者在海南菜市场“出摊”

“在美国读博那几年，长期吃超市预包装速食，硬生生胖了20斤。那一刻我突然无比怀念国内菜市场带着鲜活气息的食材。”谈及研究缘起，钟淑如的初衷朴素又真切。国外标准化、冰冷流水线的饮食体验，让她萌生思考：为什么中国人始终眷恋热气腾腾的菜市场？

带着这份疑问，她将中国菜市场定为研究核心。2016年6月，钟淑如从美国德州奔赴海南，开启长期田野调查，一住便是14个月。为跳出“旁观者式调研”的局限，她选择彻底沉入市井，在一家马鲛鱼摊免费打工，完全融入摊贩的真实生活。

“只有你进入他们的日常生活，成为其中的一分子，那些藏在日常里的细节、逻辑与温度，才会自然流露出来。”钟淑如说。

整整14个月，她跟随摊主凌晨奔赴码头守船进货，学习分拣海产、辨别鲜度、接待顾客，日复一日观察市集的经营节奏、人流规律、议价逻辑。她记下摊贩的辛劳作息、营收门道，也读懂海岛海鲜流通的隐秘规则。调研期间，她完成113位摊贩深度访谈、64题专项访谈提纲，收集300余份消费者问卷、20余名管理者访谈素材。尽管手握翔实数据，她依旧感慨：“这些模糊的数字，远远没有那些具体的人和事来得清晰。”

长期沉浸式观察，让她解锁了海南菜市场独有的生存底气。作为农业与海洋大省，海南散落着大量小农户、近海渔民，自产自销的物流模式，让传统菜市场成为不可替代的流通载体。不同于城市冷链食材，海南人对“新鲜”有着执拗的本土标准，不是低温储存的保鲜，而是当日上岸、当日入市、不过夜的本味鲜货。

这份执念，造就了海岛独特的饮食审美。某市场的本土黑皮猪肉，价格高于外来猪肉，却常年供不应求，清晨六点便排起长队，甚至有摊贩借优质黑皮猪头引流，足见本地人对本土物产的极致认可。

海南烹饪更讲究“极简守味”。一份家常杂鱼汤，清水配姜片、杨桃、本土胡椒，便能激发海鱼鲜甜；清蒸海鱼不添厚料，借海水本味成就地道风味。近海杂鱼、四时海产，皆以朴素技法呈现山海本真。



海南人的餐桌明星——马鲛鱼。受访者供图



路边菜贩销售海南本地蔬菜。受访者供图

《中国菜市场》里的海南乡土市集 山海摊声 人间食事

■ 海南日报全媒体记者 李艳玫

如今的海南菜市场，更是兼具民生与文旅双重属性。本地人在此维系三餐烟火、延续生活节律，外地游客在此触摸最真实的海岛底色。“一个原本属于生活的地方，开始被当作生活的景观来观看。”

摊前江湖

女性守摊位，熟人聚温情

在全国两百余座市集的对比调研中，钟淑如捕捉到海南菜市场最鲜明的地域特征：海鲜、猪肉这类重劳作、高体力的经营摊位，女性摊主占比过半，是市集当之无愧的主力军。

“内地很多城市的肉摊、海鲜摊基本由男性经营，但海南截然不同。这里的女性摊主勤勉坚韧，独当一面，既懂行情、辨品质，又擅长沟通待客、维系人情。”钟淑如介绍。

在海南各大市场，女摊主早已练就一身本领，挥刀斩肉、分拣海产、议价经营利落娴熟，对食材优劣、市场涨跌、顾客需求了然于心。她们细腻耐心、擅长维系长期客情，撑起了海岛市井的半壁江山。

夫妻档是海南市集最普遍的经营模式，在某市场占比近四成。“大多是丈夫承担凌晨进货、码头接货、餐馆配送等体力活，妻子留守摊位，打理货品、接待熟客、经营口碑。”钟淑如观察到，小小的摊位是生计阵地，也是家庭港湾。摊边常备小板凳，孩童放学伏案写作业，烟火喧嚣裹挟着人间温情，营生与生活在此完美交融。

支撑海南菜市场稳定运转的核心，是根深蒂固的乡土熟人网络。这里的商业从不是一锤子买卖，而是亲缘、地缘、业缘编织的长期生态。渔船归港时间、优质渔获货源、当日海产成色，这些核心信息从不公开公示，只在同乡圈层内部流通。摊主之间互帮互助、共享资源、搭伙经营，彼此扶持扎根市井。钟淑如调研中结识的摊主叔权，便是经由同乡引荐入行，从学徒做起，攒钱接手摊位，稳稳扎根市场。

摊主与消费者之间，更是沉淀出数十年的信任羁绊。“海南人买菜认准熟摊，讲究长长久久，做长不做短。”钟淑如说。本地家庭常年固定光顾一家鱼摊、肉摊，逢年过节采购马鲛鱼、海鲜，一通电话即可预定留货、配送到家。渔获稀缺时节，熟客总能优先拿到优质海产品，这份优待，是日复一日真诚经营的最好回馈。

2023年钟淑如重返海南时，昔日受访的摊贩依旧与她保持联系，过年时热情邀约相聚。这份超越交易的温情，正是海南市集最动人的底色。

烟火永续

扎根山海的都市底色

“海南是农业大省、海洋大省，大量小农户和近海渔民的产出，零散、时令、非标，很难

进入大型商超和冷链体系，菜市场是最适配的流通载体。”钟淑如直言，这是海南市集能够“逆势生长”的根本原因。田间果蔬、近海渔获，通过市集直接对接市民餐桌，省去中间环节，最大程度保留山海本味，也让小农户、小渔户有稳定的增收渠道。

饮食观念的差异，也是海南菜市场长盛不衰的关键。“超市主张标准化、便捷化，海南人追求时令化、在地化。”钟淑如在多年走访中深刻体会到，本地人对食材新鲜度有着近乎固执的坚持，不认冷链保鲜，只认“当日上岸、当日上市”。也正因如此，海南人养成了每日逛市、随买随吃的生活习惯，让菜市场始终拥有稳定人流。

独特的海岛人文氛围，更赋予海南市集温暖的社会属性。“大城市买菜是‘完成任务’，海南人逛市场是‘生活日常’。”钟淑如表示，海南舒缓的生活节奏，让菜市场成为邻里碰面、信息交流、人情维系的公共空间。人们在摊前寒暄问候、唠家常、谈琐事，交易之外，是长久的邻里温情与乡土联结。

这种熟人商业生态，让海南菜市场跳出了纯粹的交易逻辑。摊主不做短期博弈，更看重长期口碑；市民不贪一时便宜，更信赖长久信任。货源共享、互帮互助、客情长久，一套温和、质朴、共生的市井秩序，在海南各大市集延续。

如今，线上购物、精品商超不断普及，但海南传统菜市场从未被边缘化。它既是守护本地饮食文脉、留住山海本味的民生阵地，也是展示自贸港市井风貌、传递海岛烟火气质的重要窗口。

“菜市场最珍贵的，从来不是琳琅满目的食材，而是人与人、人与土地、人与大海的持续联结。”钟淑如如是说。■



钟淑如著作《中国菜市场》。 楚风 摄