

两宋时期的舟山海鲜菜肴

□罗沛文/文 记者 张磊/摄



琳琅满目 宋人食用的海鲜种类真不少

南宋宝庆年间的地方志《四明志》一书,可以让我们清楚地了解到舟山居民当时能够吃到什么。

通过这部分记录可以推断出这样的生活场景:当时舟山群岛的居民,喜好在海岸边撷取紫菜和海苔,并把一同打捞上来的海藻视为可以治疗“瘤瘕结气”的绝佳药材。

滩涂里的蟹虾贝类以及小鱼相对来说,也是较为容易拾取的。蛎蚌(青蟹)、梭子蟹、彭越等蟹类是人们不可或缺的美味。贝类种群则更为丰盈,涵盖蛤蜊、贻贝、蛎房(牡蛎)、蛭子、蚶子(瓦垄蚶、毛蚶、芽蚶等)、老婆牙(藤壶)、蜆、江珧(江珧柱)、车螯、龟脚(石蛏)、沙噀(刺参)以及各种螺类(香螺、刺螺、辣螺、拳螺、丁螺、鸚鹉螺)等数十品种。

每年三四月份的鱼汛期,渔民们会集结船

舶大批量捕捞石首鱼(大黄鱼)、春鱼(小黄鱼)等鱼类。其他时节捕捞带鱼、鳗鱼、乌贼、梅鱼、马鲛鱼、鲳鲙(鲳鱼)、脐鱼(鮫鯪鱼)、竹夹鱼(竹荚鱼、俗称“黄占”)、比目鱼、鮓鱼、海鲈鱼、河豚鱼、乌贼、鲎鱼、银鱼、白鱼、肋鱼(鰯鱼)、鳓鱼、黄滑鱼、章巨(章鱼)以及箸鱼(鲳鳊)等常见海产。

此外,他们还会捕捞鲟鲤鱼(鲟鱼)、箭鱼、鲛鱼、火鱼、短鱼、缸鱼(魔鬼鱼)、池青鱼(蝠鲼)、吹沙鱼、吐哺鱼(塘鳢)等种群相对较少的鱼类。当然,个中鱼类的古称与现在的学名较难对上号,笔者在这里对于拿捏不准的名称不再一一对应,以免谬误。

两宋时期,舟山地区海产捕捞产量也不可小觑,当时每年需要用渔盐800引以上(每引为200公斤)。根据推算,如果按照加工用盐量为

金饌玉餐 百花齐放的海鲜菜肴

炙熟,每服,用箬间盛瓦罐内,泥封”。此外,油炸春鱼、煎鲈鱼(凤尾鱼)、炸梅鱼等高温烹饪制作的菜肴,也深受宋代食客喜爱。

宋代初年,“岁造鱼鲞”成为了普遍现象,海边的居民认为冬天捕捞的黄鱼皮质较为紧实,将它剥开洗净,“盐之可经年”。到春日时分晾干时被当地人称为“鲞”,而整条受到阳光长时间暴晒的另称为“郎君鲞”。

各种产自舟山、台州、温州等沿海城市的风味鱼鲞在当时受到了南宋都城临安的王公贵胄和平民百姓的热烈追捧。临安人挚爱鱼鲞甚至到了“下饭羹汤,尤不可无”的地步。

《梦粱录》里记载临安市的街道上甚至专门开设了“鲞铺”,最多的时候不下二百家,售卖郎君鲞、鲳鱼鲞、鳗条弯鲞、老鸦鱼鲞、鲈鱼鲞等将近二十种鱼鲞。“分茶酒店”也提供白鱼干、梅鱼干、银鱼干、银鱼脯和紫色蛎脯丝等“脯腊肉食”,作为客人下饭时的佐菜。

除此之外,宋代海边居民最为擅长的就是“鲜”这种烹饪方法。根据考证,如今的各种生腌海鲜做法都始于此。人们往往会先挑选“极大而骨脆肉肥”的鲟鱼,刷洗干净,搭配肉片,撒上食盐腌制。再将鱼肉包裹布条,再用石头压实,沥干水分。与花椒、蒟蒻、茴香、砂仁、甘草、葱和姜一起倒入容器中,最后将容器封口,等它发酵成熟即可食用。这道菜在《西湖老人繁胜录》也“榜上有名”。南宋周密的《武林旧事》和《浦江吴氏中馈录》也分别记载了“海蜆

百分之二十五粗略计算,每年可加工的鱼货有将近65万公斤。南宋绍兴三十年(公元1160年)出任昌国县令的王存之在隆教寺上镌刻的碑文也佐证了这种猜想:“网捕海物,残杀甚多,腥污之气,溢于市井,延壳之积,厚于山丘。”可见当时的捕捞和加工水平已然达到了一定高度。

值得一提的是,唐代至南宋时期,舟山地区的居民除了自己“靠海吃海”养活自家以外,还要上交一定数量的水产品,由昌国县统筹进贡给京师“供御用”。这其中以贻贝、蚶蛤之类最为受到皇室的青睐。在交通极为不便利的情况下,需要耗费大量的人力物力千里迢迢运输这些海味“抵京师”。这些情况在《新唐书·孔戣传》《梦粱录·江海船舰》以及《宋宝庆昌国县志》等典籍中都有明确记载。

蚌”“蛭蚌”两种相同做法的菜品。这类方法做出来的鱼肉肉质经过发酵,紧实弹牙,味甘微酸,风味俱佳,保存期也足够长久,契合当时人们生活的需求。

由“蚌”衍生出来了一种独特的烹饪方式“糟鱼”也一直流传至今。宋人会选取“枝身多鲠,长不过五六寸,味极肥腴”的鲈鱼(鳓鱼)与酒糟浸渍,熬成汤,风味悠然。

美酒与海鲜融合的菜肴也不胜枚举,譬如酒掇蛭、生烧蛭、酒法白虾、酒香螺、酒烧蚶子、酒鲜蛤、蛭蛭等。宋末元初的临安市闻录《武林旧事》专门提到当地知名酒楼都备足了这类菜肴。

宋人甚至连鱼的内脏都不舍得丢弃,将它们制成“清汁鳗鲞”“鱼鲞二色脍”“鱼肚儿羹”等另类菜肴供食。

至于贝类,宋人较多的食用方法就是生吃或者“烧令汁沸,出肉食之”。当然,他们还不满足于此,研究出了例如将淡菜“与少米先煮熟,后去两边锁及毛,更入萝卜、紫苏同煮,尤佳”这种理念超前的养生粥做法。

懂得料理的宋人从不拒绝在海鲜食材中加入辣味,他们会将表面附着腥臭黏液的沙噀(刺参)放入“沙盆”中揉搓,再佐以“五辣”上火蒸煮。只要控制好火候,沙噀便会入口爽脆,味道鲜美。此外,蛭蚌辣羹、改汁辣淡菜、五辣醋蚶子、蚶子辣羹等辣味海鲜菜品也深得食客们的喜爱。

引发我们的思考

国淡水鱼之王”长江白鲟相比,它的兄弟——国家一级保护动物野生中华鲟种群数量也不容乐观,甚至出现了多年不产卵的现象。综上所述的种种,都应该引发我们的高度重视和持续关注。

2022年11月7日举办的“中国渔都·同舟共富——2022中国(舟山)水产品品牌发展大会”上,研究人员在“舟山野生大黄鱼资源重建探究”篇章的呼吁令笔者记忆犹新且感触颇深:“如今的我们不要因为饵料到一条大黄鱼而兴奋不已,这可能对于放养大黄鱼野化的再次深度破绽。”

其次,北宋初年,舟山地区已经拥有水产品加工场数十家。到了南宋时期,京师临安市(今杭州市)市面上不少水产品来自于舟山地区,这些水产品在当地有口皆碑。其中,从舟山地区运输过去的贻贝干风头无两,更是被称为“贡干”。

南宋著作《梦粱录》一书中也记载了舟山地区与宁波、温州、台州等地盛产的“鱼蟹鲞腊”等水产品,已全面覆盖江苏和浙江地区的市场。

早在河姆渡时期,江浙先民就已经开始食用海鲜。到了文化发展鼎盛的两宋,人们对海鲜已经熟悉到了一定程度,烹饪方面也自然有了不少的心得。

当时的居民认为江河里的鲈鱼体型小而且味道寡淡,海里的鲈鱼虽然表皮肥厚,但是肉质爽脆,味道鲜美,深得“邦人多重之”,甚至还专门给海鲈鱼取了雅称唤作“脆鲈”。而食用鲳鲙(鲳鱼)的最佳时节要等到“春晚”,因为春夏之交,鲳鱼最为甘甜肥美,骨软雪白。因此,注重原汁原味的他们首选清蒸这种烹饪方式,所以在宋代吴自牧的笔记《梦粱录》中多次提到了临安市(今杭州市)的“酒肆”和“分茶酒店”有售卖石首鱼(大黄鱼)、春鱼(小黄鱼)、白鱼等清蒸鲈鱼。

生食“鱼脍”,也是宋人乐此不疲的吃法。他们将多种鲜鱼片以造型堆砌成“海鲜脍”,单品一般有鲈鱼脍、香螺脍、蚶子脍、贻贝脍等。宋代饮食谱录《玉食批》里有载,水母脍和蛤蜊与江珧生、鲎鱼脍(鲎鱼皮制作的皮丝)是皇室膳食里必不可少的“下酒菜”。

“炙烤”海鲜类类似于如今的“烧烤”或者“炭烤”。宋人发现高温能够使部分鱼类的脂肪散发独特的香味,加之佐料更令人垂涎欲滴。当时出现的“炙鳗”可能是如今日式料理当中“蒲烧鳗鱼”的灵感来源。厨娘菜谱《浦江吴氏中馈录》里收藏的“鲈鱼(凤尾鱼)”详细做法则更为一目了然:“炭上十分炙干”或者“切作断,用油

一千多年后的今天,相较于两宋时期的舟山先民,我们无论是海鲜捕捞和加工水平还是菜肴制作技艺都有了长足的发展和进步。

这些泛黄的文献典籍里的记载依然可以引发我们的思考。

首先,两宋时期的水产品加工能够持续达到“延壳之积,厚于山丘”的盛况,源于当时有限的捕捞技术给予了海鲜种群在周期内快速恢复的机会。翻阅地方文献可以发现,直到上个世纪六七十年代,舟山群岛包括普陀地区依旧处于鱼虾旺盛的境况。然而因为数十年来,船舶捕捞技术的提升和人们对于“口腹之欲”的旺盛需求,海鲜资源被过度开发。如果没有海洋渔业相关部门施行的禁捕、退捕政策以及鱼类养殖研究、人工放养资金的投入,很多令本地居民引以为傲的海产或许早已消失在人们的视线里。

譬如2021年2月列为国家二级保护野生动物的中华鲎曾经在舟山沿海地区的种群数量并不稀少。同样,在上个世纪五十年代占据渔获数量百分之五十的俗衡洋野生大黄鱼如今更是难觅踪迹。与已正式宣布野外灭绝的“中

