

# 册子鳊鱼十吃,你不能错过的舟山美食

## 多次上央视,已入选舟山非物质文化遗产名录

□记者 朱蔚

册子岛上的鳊鱼十吃, 闻名已久。作为舟山特色海鲜之一, 它上过央视《味·道》《记住乡愁》等栏目, 因此引来了全国各地的食客, 使之成为舟山的必打卡美食。

正是春暖花开的季节, 很多到舟山游玩的客人, 规划好路线, 经跨海大桥进入舟山或返程时, 会特意拐至册子出口下, 直奔岛上的明岛鳊鱼馆, 只为品尝鲜美的鳊鱼十吃, 满足一下口腹之欲。



### 册子鳊鱼的多种做法引人垂涎 每一种都是独特的滋味

习惯做攻略的游客们大都知道, 如今册子岛的鳊鱼不止十吃, 而是有十种以上的吃法。能把一个品类的海鲜如此精耕细作, 经过不断扩容, 做出各种创新的菜式, 想必经营者花了很多心思。有吃货只听描述, 就开始垂涎欲滴, 忍不住生出探究之心。

舟山人对于鳊鱼并不陌生, 本就是餐桌上常见的海鲜之一, 但平时做法相对单一。大块的肥厚的鱼肉, 以抱盐为主; 也有红烧, 一般是烧整条鳊鱼或是一只硕大的鳊鱼头; 或者做鳊鱼羹。明岛鳊鱼馆主理人严爱君把一条鳊鱼多种开发, 鱼头、鱼肉、鱼子、鱼骨都不浪费, 鱼肉可葱油可红烧可抱盐, 还有鱼膏炖蛋、鱼子烧豆腐、鳊鱼排、鳊鱼骨酱、鳊鱼干等, 甚至可以裹入春卷, 成就另一种咸鲜。

鳊鱼肉切成小粒, 和同样切成小粒的土豆一起下锅, 在“咕嘟咕嘟”的汤水中滚煮, 起锅前加调味料, 勾芡后再撒一把葱花, 便是鲜美的鳊鱼羹。把鱼连骨头带鱼肉一起切成小块, 油锅里煸炒时已是香味扑鼻, 再加入生抽、老抽以及餐馆秘制的酱料, 勾芡后便是浓稠的鳊鱼骨酱, 鲜而入味, 极其下饭。

烹饪鳊鱼子, 多半是和切成小块的豆腐一起, 鱼子颗颗粒粒, 豆腐嫩滑, 吹弹得破的口感, 以酱油调鲜, 二者相互交融, 无与伦比的鲜美。就着一勺连鱼子带豆腐的汤汁, 拌入米饭, 简直是人间极品。



早些年, 明岛鳊鱼馆被划为农家乐以后, 严爱君苦思冥想如何打造自家餐馆的特色, 循着此前的记忆, 她把鳊鱼的每个部位都开发到极致, 一条鳊鱼从六吃做到八吃, 又变成了现在的十吃。凭借烹饪鳊鱼的技艺, 明岛鳊鱼馆多次参加乡村美食活动, 也一跃成为舟山厨艺大赛的特色代表, 开始声名鹊起。“册子鳊鱼十吃”多次夺得浙江省乡村美食大会技艺比赛金奖, 被评为2024“味美浙江”城市地标美食。

明岛鳊鱼馆曾先后四次上过央视, “册子鳊鱼十吃”也在2023年入选舟山市非物质文化遗产名录。“册子鳊鱼十吃”的金字招牌随着电视传媒和互联网美名远播, 一条鳊鱼的多种烹饪方式, 不光俘获了舟山人的味蕾, 也让外地的游客折服。

### 许多客人慕名而来品尝 也会听听鳊鱼的故事

“册子鳊鱼十吃”的名气打响后, 不断有专程而来的客人拿着手机点单。严爱君发现依据客人自发评价生成的排名系统, 明岛鳊鱼馆在大众点评上的排名位居前列, 是定海区江浙菜好评榜中的第3名。在网友的推荐菜中, 又以鳊鱼卷、鳊鱼羹和红烧鳊鱼头排名前三。

前阵子, 餐馆里来了几位自驾的花甲老人, 询问得知, 出行前, 他们的子女提前搜罗确定了当地的特色吃住, 其中有一站行程, 就是专门驱车直奔册子岛的鳊鱼馆。也有香港的客人专程过来, 只为尝试鳊鱼的多种吃法。许多游客品尝后, 不光竖起大拇指, 还自发地上传到小红书、抖音, 赞誉一番。

有些客人吃饱喝足后, 会和严爱君聊天, 听听关于册子鳊鱼的故事。严爱君已经数不清自己口口相传了多少次童年时的回忆, 今年58岁的她, 在十多年的餐馆经营中, 不断传播着册子鳊鱼的美名, 让册子鳊鱼的历史发展和文化记忆得以传承, 内心也有一种自豪感。

照片由受访者提供



### 明岛鳊鱼馆四次上央视 评为“味美浙江”城市地标美食

严爱君说, 取名“鳊鱼十吃”是考虑到“十”的美好寓意, 其实可以扩容到十多种吃法, 且每一道都有独特的风味。一鱼多吃也来自她祖辈的传承, 她是听着外公的抓鳊鱼趣事长大的。

灰鳖洋位于金塘岛以北至西北部, 此处近钱塘江入海口, 浮游生物丰富, 水深水温适合鳊鱼产卵孵化。舟山其他海域捕上来的鳊鱼多是黑鳞或白鳞, 唯独灰鳖洋里的鳊鱼长着黄鳞。在生理激素的作用下, 此时的鳊鱼, 肉质和颜色正悄悄地发生着变化, 通体金黄色, 不光多脂肉厚, 质地也非常鲜嫩。因而, 鳊鱼作为册子当地的特产, 往年到了季节, 就会有温州人专程上门来收鳊鱼。收完货, 临行前, 温州人照例会拿出几条鳊鱼与村民们煮食分享, 告诉大家利用鳊鱼的头、身、尾, 分门别类做出不同的吃法, 慢慢地就形成了册子的吃鳊鱼文化。

