



舟叁鲜
寻味四方 鲜在舟山

今日秋分,跟着节气品尝“舟叁鲜”

秋高气爽,正是果蔬飘香、海鲜肥美好时节

秋分

暑退秋澄气转凉,
日光夜色两均长。
银棉金稻干重秀,
丹桂黄菊万径香。
——近现代·左河水

秋分是二十四节气之第十六个节气,“分”即为“平分”“半”的意思,此时太阳到达黄经180°,太阳几乎直射地球赤道,全球各地昼夜等长。秋分过后,北半球开始昼短于夜,昼夜温差加大,气温逐日下降。

秋分自古形成了丰富多彩的节气习俗,如竖鸡蛋、粘雀嘴、拜月、放纸鸢等。自2018年起,我国将每年秋分设立为“中国农民丰收节”,此时秋高气爽、丹桂飘香,海产品肥美丰盛,陆上瓜果蔬菜也正值收获季。舟山市农业农村局带您一同探寻这份季节的馈赠,重点介绍舟山红梗芋艿、舟山猕猴桃、舟山冬枣、嵊泗望潮和马目泥螺。

舟山红梗芋艿

舟山群岛气候温和、土壤偏沙质,适合芋艿生长,也使得红梗芋艿肉质细腻粉糯,水分较少,口感绵密干香,深受舟山当地人的喜爱。每年农历八月至九月新芋上市,此时芋艿最粉糯。舟山民谚“八月十六等不到,红芋芋头水拖糕”道出中秋尝芋习俗。舟山地区经典做法有清焖毛芋艿,带皮木桶焖煮,保留原味松软。鸡/鸭烧芋艿,用肉垫底慢炖,吸饱汤汁的芋艿鲜香浓郁。葱油芋艿,蒸熟后轻炒,以葱香提味,凸显红梗芋艿的软糯。

舟山猕猴桃

舟山猕猴桃主要产地集中在岑港、白泉、六横和新城等区域,品种有软枣猕猴桃(迷你猕猴桃),皮薄无毛,即摘可食;徐香猕猴桃,果肉翠绿,糖度14%,甜酸适口;红心猕猴桃,芯部红色,糖度高,果肉细嫩、风味浓郁。由于舟山独特的海岛气候和微酸性土壤,使得舟山本地种植的猕猴桃风味更佳,深受舟山市民喜爱。秋分前后正是舟山猕猴桃上市时间。

舟山冬枣

冬枣原为北方特产,舟山自2010年前后开始引种试验,通过设施栽培技术和品种改良,成功实现了“北枣南移”,让舟山市民品尝到了本地产的最新鲜冬枣。目前,舟山冬枣主要产地在岱山县岱西镇和定海区白泉镇,品种以高糖度、抗裂果、适应设施环境为核心优势,果肉酥脆、



汁液丰富,总糖含量8.73%~19.07%,VC含量达896.7~4452.2mg/kg(远高于常见水果),甜酸平衡,深受舟山市民青睐。舟山冬枣成熟时间集中在9月下旬到10月上旬,“秋分”节气前后一段时间为最佳食用期。

嵊泗望潮

嵊泗望潮是舟山市嵊泗列岛的特色海鲜,是一种小型章鱼,因渔民观察到其在潮汛来临前腕足摇摆似“望潮”而得名。望潮栖于浅海滩涂,嵊泗列岛周边礁石区及泥沙质海岸(如枸杞岛、嵊山岛)是其理想栖息地。当地渔民采用独特捕捞法,

挖洞放入小蟹诱捕;趁落潮掏摸“涨洞”捕获。

望潮不同于鱿鱼的软韧或墨鱼的绵密,以“酥脆”著称,胶原蛋白含量高,咀嚼时有“嘎吱”声。望潮与辣螺酱、跳跳鱼并称嵊泗宴席“三绝”,在嵊泗“鲜甜”饮食文化中代表高端食材,常见于节庆压轴菜。嵊泗望潮的传统烹饪方式主要有红烧望潮、白灼或清蒸望潮和葱爆望潮,突出望潮的脆嫩弹牙口感。

舟山马目泥螺

马目泥螺是舟山市定海区岑港街道马目区域的海特产。马目区域三面环海,拥有广阔平缓的泥质海涂,硅藻丰富,为泥螺提供了理想的生长环境。马目泥螺贝壳薄而脆,肉质肥大软糯,鲜嫩无泥筋(沙晶),配以传统加工工艺,被誉为“舟山海味珍品”。1998年,“马目牌”泥螺获浙江省优质农产品金奖。2001~2003年,蝉联浙江省农业博览会金奖,2007年获评浙江省著名商标。

马目泥螺很少鲜食,以吃腌制泥螺为主。将鲜活泥螺洗净后静置1小时,促其吐净泥沙,再用24%浓度盐卤腌6小时,清水冲洗后以盐水(一斤泥螺配三两盐水)封存,密封一周后食用,风味更香醇。泥螺从腌制到可以食用大约需要一个星期。

选购指南

嵊泗望潮:体表应呈现自然光泽,无破损或变色现象,无强烈腥臭味,肉质坚实饱满,用手指轻压触感弹性较好,会迅速回弹。

马目泥螺:建议查看是否有相关食品安全认证,选择正规厂家生产的产品,瓶身无裂纹、瓶盖密封良好,无松动、漏液现象。

红梗芋艿:选择个体饱满、皮毛密集、表面没有明显的坑洼、畸形或裂口。可用指尖轻轻捏一下芋艿,选择坚硬、结实、富有弹性的。大小相近的芋艿,放在手里掂量一下,选择手感更重、更沉的那一个。

舟山猕猴桃:形状优先选择椭圆形、大小匀称的果实,轻轻按压猕猴桃两端,有弹性且稍软不凹陷的为成熟度适中。

舟山冬枣:选择形状规则、果皮光滑、无凹陷或斑点、带有清新枣香的果实,用手指轻压应感到紧实有弹性,“三分红七分绿”的冬枣通常糖酸比最佳。

李佳莹 整理

其他时令推荐



芹菜

清热解毒
去病强身



银耳

滋阴润燥
养胃生津



甘蔗

清热生津
润燥养肺



南瓜

清热解毒
消暑除烦



丝瓜

清热解暑
生津止渴



扁豆

健脾化湿
消暑解毒



番薯

补中益气
健脾养胃



兔肉

补中益气
凉血解毒



中国对虾

补肾壮阳
通乳排毒

