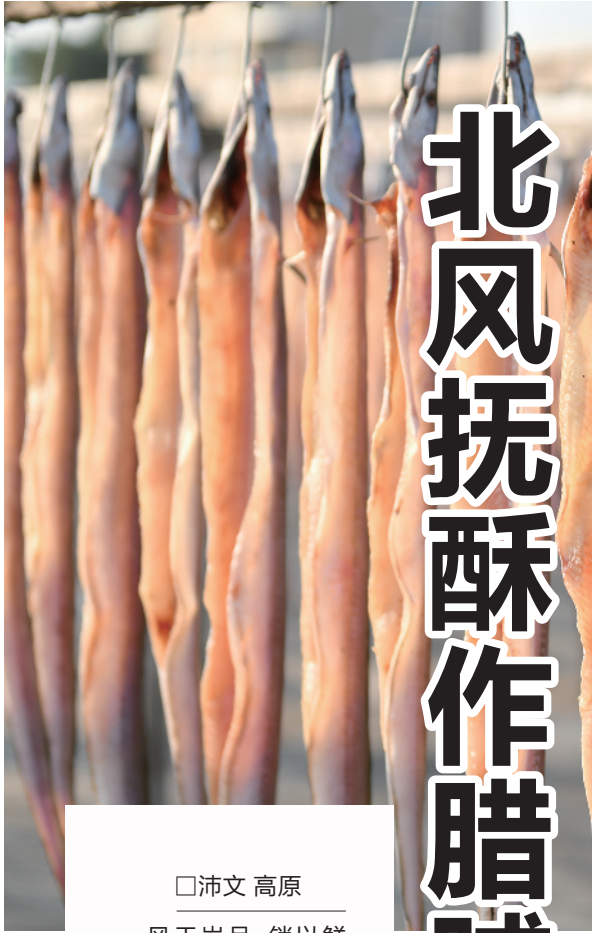




□沛文 高原

风干岁月，锁以鲜味。寒冬腊月正是晒鱼制鲞的好时节。干燥凛冽的西北风抚过后，温煦阳光缓缓带走了鱼肉上的水分，留存下足够诱人的精华，称之为鱼鲞。

我们普陀人一直有着制作鱼鲞的习俗，正如明代小说《三刻拍案惊奇》中所提到的我省沿海城市“每大小鱼船出海，管什大鲸、小鲛，一罾打来货卖”，打捞的渔获除了鲜食就是曝晒成鲞：“石首、鲳鱼、呼鱼、鳗鲡各样，可以做鲞”。对于科技没有那么发达的先民来说，将海鱼晒制成鲞，不仅能提升其保存时长，还可以提味增鲜，酝酿出与鲜食截然不同的风味。如今的保鲜技术已经让人们没有了储存方面的担忧，但鱼鲞的独特滋味与口感却依旧引人热衷。各家海鲜干货市场、菜市场以及商店都能觅得其踪迹。

本文就此延伸，讲述下鱼鲞的前世今生，以飨读者。

——鱼鲞记

北风抚酥作腊脯 肤革胜雪白晞曝



“鲞”字缘何得名

成书于距今2500年前的先秦古籍《诗经》提到鱼是周代至春秋时期大型祭祀的“六牲”之一，位列牛、羊、猪、犬和雁之后。源于当时的保鲜技术较差和夏季休渔这两方面的原因，“鱼干”这种食品即应运而生。

将鱼切片后入盐腌制，再行曝晒就成为了“脯”。如果将“脯”捶打捣烂，加入姜、桂等调料，使其味道浓郁辛烈，就成为了“脩”。“脯”和“脩”起初是指肉干，后来也被用来指鱼肉干货。当然，鱼干的古称不止这么两个。《周礼》提到的“夏行脰膾”，“脰”指的是腌制后晾干的鸟肉，而“膾”指的也是鱼干。《庄子》中提到的“公子得若鱼，离而腊之”中

所说“腊鱼”同样指的是鱼干。《史记》里提到的“鮑，膊鱼也”，“膊”是将肉晒干的意思，所以“鮑”也是鱼干。

先秦至汉代的诸多典籍中都没有“鲞”这个字眼。直到东晋时期，书法家王羲之的书信《杂帖五》中才出现了“鲞”字：“石首鲞，食之消瓜成水”。因此，这个读音同“想”的“鲞”字究竟由何人何时创造出来的，人们一直没有找到确切记载，难以考据。唐代的学者陆广微在所著的《吴地记》中提供了一种说法：即“鲞”字为春秋时期的吴王阖闾所创。相传吴王阖闾曾经在海上作战时，恰逢风浪且粮食断绝，见到“金



自宋代开始广泛食用

南宋时期，上至贵族下到百姓都极其热衷于食用鱼鲞。作为当时的文化中心，临安城（即如今的杭州）拥有着温州、台州、宁波以及舟山等地产海味的集中供应链。《梦梁录》记载临安城的人口稠密，城内外不下数十万户居民，人数达到百十万口。由此而生的鱼鲞专卖店“鲞铺”不下二三百余家，售卖即君鲞、石首鲞、片鲞、鳓鲞、鲞鲞、鳗条弯鲞、带鲞、短鲞、黄鱼鲞、鲤鱼鲞以及老鸦鱼鲞等各色品类。供人吃喝休憩的“分茶酒店”同样也有不同风味的鱼鲞菜肴，例如冻鲞、白鱼干、梅鱼干、银鱼干、银鱼脯和紫鱼蛸脯丝等“脯腊从食”，权作客人下饭时的佐菜。这其中的黄鱼鲞和乌贼鲞也曾作为贡品，由专人挑选进献宫廷。

明末文学家张岱也尤为喜好食用鱼鲞，特别是黄鱼鲞，称赞其“石

首传天下”，还为此吟道：“以酥留作味，夺臭使为香。皮断胶能续，鳞全雪不僵”。

实际上，明清时期的人们较之前对于海鲜食品的认知有了大幅度的提升，源于捕捞技术和运输手段的突飞猛进，使得海鲜的受众面越发广泛，以致深入内陆。显然，能长期保存的鱼鲞能够比鲜鱼走得“更远”。

清代不少美食典籍里都有记载鱼鲞，例如袁枚《随园食单》就提到过“黄鱼、台鲞、虾子勒鲞”，大学者朱彝尊的《食宪鸿秘》记载了浙江东部地区产的“淡白鲞”，医家顾仲的《养小录》也有记录“鲞粉”这种天然味精。此外，各地地方志书也有相关记载，例如《闽中纪略》记录了人们将海鳗制成鳗鱼鲞的原因：“海鳗，鲜者味淡，干者蒸食，香美异常”，经学大家梁章钜在其所著的

《浪迹续谈》中也发表了自己的看法，他同样认为海鳗直接食用口味平平，“必腊之而后登盘也”。而康熙年间的《定海县志》记录了当时舟山地区的晒鲞的盛况：“每年四、八月，沿海诸郡渔船毕集于此，有渔船数千，人数十万，停泊晒鲞，殆无虚地”。

清末《鲞经》一书的横空出世，将晒鱼制鲞的系统方法首次全景式地展现在了人们的面前。作者王克恭仔细稽考古代典籍里对于鲞的记叙，梳理出了制鲞需要的天时和水候、洗刷及收藏的各种方法，成为了人们学习、掌握这种技艺的“培训课本”。

该书对于制鲞的每个环节都有着细致入微的描写。例如《刀法篇》讲解了“一气呵成”、似“庖丁解牛”般的剖鱼手法，认为刀法好坏直接影响到鱼鲞的口感与品相。还提醒

“养”和“鱼”两字的结合。

且不论这些说法孰真孰假，鱼鲞确实确实是古代吴越地区先民的智慧结晶。魏晋南北朝时期的海水产品加工专著《会稽郡造海味法》综合了战国时期至当时的民间海鱼加工经验，还着重说明会稽郡（如今的浙江东部一带）的人们擅长腌制海鱼，“海味自能制造”。成书于宋代的大业拾遗记》也有记载浙江地区的人们为耕作者送饭的时候，往往以“含肚鲞”为“上饌”。“含肚鲞”就是我们常见的黄鱼鲞，江浙一带普遍称之为“咸鲞”、“白鲞”，品质最好的则称为“郎君鲞”。人们更是习惯将“鲞”与黄鱼鲞画上等号。

操作人员要抽去鱼鲞脊骨附近的红筋以防发霉，刺破鱼眼眼窝里的睛水以防鲞头发红等等。《用盐篇》建议晒鲞使用当地食盐为宜，还形容操作人员往鲞上撒盐时，“声之飒爽如下石，手之松脆如过风”。《晞阳篇》提醒晒鲞一定要接受阳光直晒，“非曝不成”。相较于现在用烘干技术制成的鱼鲞索然无味，接受过曝晒、滴水 and 过风的鱼鲞显然更为鲜美。作者王克恭认为制鲞要有“标准化”规定，实现“流水线化”管理才能兼顾产量与质量：“刀者刀，盐者盐，运者运，整者整”“规行矩步，咄是良功”。他还在这本书中提到了当时浙江沿海地区，以定海县（指的是舟山本岛）为界，往北称之为“北洋”，往南称之为“南洋”。相传“北洋”水流湍急，所产的大黄鱼肉质极富弹性，最宜制鲞。

制鲞历史超过七百年

我们舟山地区很早就有晒制鱼鲞的记载。元代大德年间的《昌国州图志》中就有提到当时的人们有买盐晒鲞的习惯：“附海这民，岁造鱼鲞，多买有引客盐为用，官方未尝置局也。自至元三十年分令船户各验船料大小赴局买盐，腌制鱼鲞。大德元年，至买及800余引（大约32万

斤）”。从买盐的数量可以看得出当时水产品加工行业已经相当发达。

明代嘉靖年间的《定海县志》提到将“石首鱼（主要指大黄鱼）”用盐腌制后，曝晒成干，谓之“白鲞”，还“通商贩于外”。当然除了黄鱼鲞外，依据民国时期的《定海县志》记载，舟山地区的先民还时常将梅鱼、

比目鱼、鲈鱼（青占鱼）、带鱼、鳗鱼、龙头鱼、鲑鱼等海鱼晒干食用。

晒鱼制鲞一直是我们普陀人热衷的海味存贮、食用方式。各岛的居民都有一年四季晒制的习惯，特别是冬季刮西北风时，经验丰富的人们就开始大批量地晾晒。依托于悬水小岛独有的地理优势，素有晒鲞传统的六横

镇悬山村成立了“鲞遇悬山”共富工坊，且于今年11月正式开始生产作业，该共富工坊建筑面积达360平方米，内设两只容量达80吨的冷库，可解决25艘本村渔船的部分渔货销售。同时，工坊还为村民提供相关工作岗位，助力盘活农村闲置劳动力，帮助他们在“家门口”就业创收。

风味与营养兼而有之

因为鱼鲞的原材料不易获得，加工流程又较为复杂，所以古时候的人们将其视为珍稀，不会轻易拿出来食用等到逢年过节，将其切块作为小菜招待客人：“条分缕切，岁暮年新之候，供小菜以娱宾”。清代的袁枚认为鱼鲞可以在晒制完成后可以直接作为小菜食用：“肉软而鲜鲜美，出时拆之，便可当作小菜，不必煮食也”，也可以与猪肉同煨，“用鲜肉同煨，须肉烂时放鲞，否则鲞消化不见矣”。

不同地方因为餐饮习俗差异，都有着与自己不同的鱼鲞烧法。例如同为

浙东地区的绍兴，根据文豪鲁迅先生的同胞兄弟周作人所说，“鲞冻肉”是当地乡下过年必备之品。北方的辽宁沿海地区有煎炸鱼鲞，搭配玉米面饼子一起吃的“咸鱼饼子”。苏州地区也有一道传统名菜，叫做“虾籽鲞鱼”。位于南方的广东地区，粤菜中有道家常菜“咸鱼茄子煲”，潮汕名吃也有一道“芥蓝鲞脯”。

在普陀有“无鳗不成宴”的说法，逢年过节以及各类喜宴上，必有一道“风鳗（即鳗鱼鲞）”，除了其肉质丰腴、口感绝佳之外，其能有一席之地

源于谐音近似“丰满”，意指丰满团圆。“新风鳗鲞味胜鸡”。冬至前后，极其适合风干鳗鱼。在鳗鱼鲞中选择鱼肉坚挺、含水量合适的那些，切成小段，加入葱、姜与料酒，与五花肉同烧，各尽其妙，鲜美无比，滋味万千。这其中，沙鳗富含油脂，晒干后呈现刺少、咸鲜略带甜甜的口感，极受食客喜爱。

此外，在六横、展茅、观硇头等地也有大规模的场地晒制带鱼鲞、马鲛鱼（鲛鱼）鲞、鱿鱼鲞、鲳鱼鲞。普陀人习惯将微小体型的海鱼晒制的鲞称为

“鳐头”，这其中最为知名的就是以龙头鱼为原料制作的“龙头鳐”。蒸熟后，无刺无骨，是老一辈人就餐时的“压饭榔头”。

各色鱼鲞不仅美味，还富含鱼肉本身多元营养，具有开胃、生津、下火、养血等功效。明代医书《本草纲目》认为鱼鲞有“性不热，且无脂不腻，故无热中之患，而消食，理肠胃也”的功效。其中，黄鱼鲞含有高蛋白、低胆固醇以及EPA、DHA等高度不饱和脂肪酸，成为了人们滋补强身的优良“补品”。