

琼堆絮砌珍珠团 翳珀糖汁诱人馋

□记者 沛文 沐沐

在我们普陀，有一种在婚嫁喜事、乔迁新居时经常出现的白色大包子，深得人们喜爱。在蒸熟后的短时间里，小心翼翼地掰开这种包子，汤汁饱含着黑芝麻以及各种果仁，呼之欲出，流淌在唇齿间，甜蜜非常。笔者甚至曾看到朋友圈有好友感叹：“怎么会有人不爱吃大油包！”这种传统美食经久不衰，确实有其独特的魅力。

本文就此延伸，讲述下“大包子”油包的前世今生，以飨读者。

——「大包子」油包记



千余年前的包子雏形

古时候，得益于石磨这种工具的发明，充满智慧的先民想到了将种植的小麦研细成粉，注水搅拌，发酵煮熟，制成五花八门的“饼”。起初，在他们眼里，只要是面粉制成的食品，都被认为是“饼”。北宋的黄朝英在其所著的《缙素杂记》里就记载过此事，他提到人们将“笼蒸而食”出来的面食叫作“蒸饼”，把馒头叫作“笼饼”。这个看似清晰实则模糊不清的说法，令后人对于同样是“笼蒸而食”的包子究竟起源于个中哪种面食，着实迷惑，以致众说纷纭。

事实上，无论是“蒸饼”也好，“笼饼”也罢，这两种面食都呈现出了“实心无馅”的特征，这便与我们如今认知当中的“包子”样式相去甚远。笔者认为，这两种面食只能算是先民创造出“包子”的灵感源泉，算不上雏形。

而最有可能是“包子”雏形的，是一种被人们称为“牢丸”的面食。这种面食第一次出现是在西晋文学家束皙所作的《饼赋》里。束皙在文中将“牢丸”与“馒头（即馒头、笼饼）”同时列举，恰好说明了这两种是不同的面食。

“牢丸”其词当中，“牢”引申意为牢固、包罗，“丸”指的是古代杂耍艺人手中的圆球。说白了，“牢丸”形容的即是紧紧包裹浑圆馅料的一种面食。

《饼赋》里还记录了“牢丸”这种面食的原料、馅料、制作过程和样式，更令人直呼其与包子的相似度之高：例如其原料为筛过两次以上的面粉，质地细腻，色白如雪：“重罗之麩，尘飞雪白”。加水搅拌后，面团手感黏

滑滋润，其表皮以“薄而不绽”“弱如春绵，白如秋练”为佳。馅料的的标准就更高了，将肥瘦各半的羊前腿肉或者猪腋下至腰上肋骨尽处的肉，剁碎成糜粒，依次加入姜、葱、花椒、兰香（即罗勒）、豆豉等佐料搅拌。

厨师们将拌好的馅料放在面皮上，张握之间，捏制出一个个圆形且洁白的小面球：“攘衣振掌，握擗拊搏。面弥离于指端，手萦回而交错。纷纷馐馐，星分雹落”。再将包好的“牢丸”放入蒸笼里，“火盛汤涌，猛气蒸作”，“笼无进肉，饼无流面”，“气勃郁以扬布，香飞散而远遍”，“三笼之后，转更有次”。细细品读这些描写，顿觉与如今看到的包子手法，如出一辙。作者束皙还生动形象地描写了路人和孩子们闻到笼蒸“牢丸”散发出来的香味，从而垂涎欲滴的样子，似在眼前：“行人失涎于下风，童仆空嚼而斜眄（即斜着眼睛看）”。擎器者低唇，立侍者干咽”。

彼时的“牢丸”因为原料难求且用料讲究并不普及。西晋文学家卢谌在《祭法》中提到人们一般都将其作为祠堂祭品，而非日常食用。上世纪八十年代，在辽宁省发掘出土的东晋时期墓穴壁画上，研究人员发现了厨娘们正在制作、摆放及用五层笼屉烹饪疑似“牢丸”的面食，或许说明这种面食已经进入了当时贵族的生活当中。

唐宋时期，“牢丸”分化出“笼上牢丸”和“汤中牢丸”两支后，前者逐渐被“后来居上”的包子所取代，而“汤中牢丸”则演化成了“粉角”，即“饺子”。



唐宋时期的包子演化

中唐时期的长安坊间，继“牢丸”之后，又出现了一种包馅蒸食，叫作“玉尖面”。北宋时期的陶谷曾在其所著的《清异录》里提到，“玉尖面”不仅流行于民间，还深得唐德宗李适的青睐。他“甚嗜”用猎来的熊肉和饲养的鹿肉为馅料制作的“玉尖面”。“玉尖面”最大的特点就是外表呈现玉白色，顶部“出尖”。光凭这两个特点，就已经与如今的包子外形极为相似了。

《清异录》也是第一本记载“包子”这个名词的古代典籍。据该书记录，五代十国时期，汴梁（如今的河南开封）有一家名为“张手美”的“食肆”（即餐馆），每逢夏季“伏日”就开始售卖“绿荷包子”。“绿荷”两字，让笔者想起了如今余姚市梁弄镇特产的“梁弄大糕”放入木框蒸熟时，会放上粽叶垫底。或许，“绿荷包子”也是在蒸包时候垫上夏季所产的新鲜荷叶，以增加香味。

包子的品类在经济文化昌盛的两宋时期得到进一步的发展。从南宋时期的临安城（杭州）见闻著作《梦粱录》里就可以“窥见一斑”：当地的“酒肆”售卖“薄皮春茧包儿”“虾肉包儿”等包子，“荤素从食店”售卖“笋肉包儿”“蟹肉包儿”等包子。同时期自号“耐得翁”的赵灌园在《都城纪胜》中也记载了临安城的包子酒店有专卖鹅鸭肉馅的包子。宋代典章制度著作《燕翼诒谋录》则记载了宋仁宗赵祯在办寿诞时，将包子作为恩赐群臣的礼物，可见包子这种面食的流行程度。

在宋代，人们对于包子和馒头这两种面食也进行了重新定义：他们将顶部有“褶”且有馅的称作“包子”。“馒头”的叫法不再局限于之前那种“实心无馅”的面食，在制作方法相同的情况下，内部填入馅料，依旧被称为“馒头”。

南宋诗人陆游曾在四川地区吃到过的用“杂蔬肉”为馅料的“猪肉馒头”。名将岳飞之孙岳珂曾在其所作的《馒头》一诗中解读宋神宗时期士人尊崇的“太

学馒头”是一种将肉丝拌上花椒、盐作馅，发面做皮的馒头。此外，还有《梦粱录》里记载过的“灌浆馒头”以及一众文献记载的“四色馒头”“生馅馒头”“杂色煎花馒头”“糖肉馒头”“羊肉馒头”“笋肉馒头”以及“鱼肉馒头”等等。

缘于包子和馒头的制作流程和外形相近，宋代的人们时常将这两个面食的名字混用。如今，南方地区的人们依旧保留着这个习惯。例如我们常见的生煎包有被叫作“生煎馒头”的，“小笼包”也有被称为“小笼馒头”的。

也正是自宋代开始，人们有意无意地将包子和有馅馒头进行融合，创新出越来越多的新品类。同时，伴随着宋廷的南迁，为了迎合南方地区人们的口味，当时的商家改进出了“细馅”、皮薄的包子，再依据食客的需求，定做单规格极小或者两倍体的包子。在这样的演化趋势下，“灌浆馒头”演变出了“灌汤包”，“山桐梅花包子”演变出了“小笼包”，“杂色煎花馒头”则成为了生煎包和水煎包共同“始祖”。

与此同时，根据《东京梦华录》和《梦粱录》的记载，两宋时期的都市饮食市场和寺院中，还出现了“素馅”的包子。其中最为人熟知的就是“七宝馅”包子，其馅料包括了栗子、松仁、核桃仁、杏仁泥、芝麻泥等7种果料。这种素馅包子并不像肉馅包子在蒸熟时会渗水导致表皮皱塌，外表反倒是更为圆鼓饱满。“素馅”包子从出现后，一直受到素食主义者的喜爱。清代的官员薛宝辰在1926年所著的《素食说略》中就曾提到人们发酵面团后，将蔬菜切碎包入其中，蒸熟成菜包以供食用。

从“牢丸”到“玉尖面”，再到“肉馅包子”“素馅包子”，这种乍一眼看去极其普通且充满“烟火气”的面食，却承载着中华谷食文化的大交融，又以不同形态鲜明地展示着不同地域的不同文化特色。

别出心裁的浙产包子

根据国家统计局的数据，截止2023年初，我国早点饮食市场的规模已经超过1万亿元人民币。其中包子这种面食仍占有较大市场份额。

在我省各地都有包子的踪迹，相比于北方的包子，它们被制作地更为精致、多汁、足馅。在2023年的“味美浙江·百县千碗”名小吃（名点心）挑战赛中，杭州的建德豆腐包、南方迷宗大包、王元兴松丝汤包以及湖州的唐八仙生煎包、东方汉包，金华的金猪两头乌包子，衢州的大兴包子，台州的板油包子，嵊州的老面小笼包，嘉兴的佬泰丰斋梅干菜肉包等包子品类纷纷上榜，它们均具备上述的这些优

点。

作为喜好甜食的浙江人，自然少不了创新出一众甜口的包子。杭州的“百果油包”就是诞生于这样的背景之下，用猪板油结合金丝蜜枣、瓜子肉、青梅、核桃仁、熟松仁、糖佛手、糖桂花等干鲜果脯制成的“油包”，搭配上豆浆或者馄饨，是为当地人的早餐首选，既饱腹又落胃。

毗邻我们舟山群岛的宁波地区同样有着“水晶油包”这种甜味面食，其主要馅料为猪肉、白糖以及黑芝麻、瓜子仁、红绿丝。出锅后，盖上正方形红印。相传这种包子的历史超过150年，其皮子蓬松，馅料偏甜却不腻。

普陀特色的传统“油包”

纪录片《舌尖上的中国》导演陈晓卿曾说过这么一句经典感悟：“一个城市的味道，只有菜市场这样的背景之下，用猪板油结合金丝蜜枣、瓜子肉、青梅、核桃仁、熟松仁、糖佛手、糖桂花等干鲜果脯制成的“油包”，搭配上豆浆或者馄饨，是为当地人的早餐首选，既饱腹又落胃。”

正月里，在六横镇的台门菜市场里，笔者见到了一家围满食客的早餐店——“千金包子铺”。这家早餐店同样售卖着甜馅的“油包”，与前两地的“油包”不同的是，其个头更大更圆，外表也更为饱满白皙。

老家来自湖北省孝感市的老板谢柳枝已经在六横镇台门社区居住了将近20年。2015年，她在台门菜市场开了这家“千金包子铺”后，先是以制作生煎包、小笼包这些早餐为主。令她没想到的是，那时，六横当地的人们时常会来包子铺询问是否有“油包”这种包子供应。

谢柳枝自是没有听说过“油包”这种面食。经多方打听才知道，原来舟山本岛（沈家门人多将“油包”称为“大包子”，一般都在存丰食品购买）和六横当地一直流行着这种独具地域特色的传统面食，它是当地人办寿宴、乔迁与过节时必备的一道美味。

于是，她乘着“多学一门技艺也是好事”的想法，向传授做包子技艺的师父求教，又品尝各地售卖的“油包”，博采众长，反复实验，在“油包”的口感、卖相上下足功夫。在一番辛苦研制后，这家包子铺的“油包”一经推出，即受到了当地人的热烈追捧。时至今日，居住在台门社区的人们依旧会在逢年过节或是办事时将这家“台门菜场里的油包摊”挂在嘴边。

谢柳枝告诉笔者，“油包”的主要原料是小麦粉。由于小麦粉也分等级，选用何种等级更为合适完全凭借制作者的经验。制作者还需要对原料以及馅料的配比了然

于胸，这关系到成品的味道好坏。“油包”的馅料囊括黑芝麻、核桃仁、桂圆干、瓜子仁、葡萄干、金橘饼以及红绿丝等果料。当然馅料的品种也不限于此，她经常会按照顾客的喜好和需求来调整定制。

她还向笔者介绍，一套完整的“油包”制作工序包含：将面粉与盐、糖混合，加入植物油、猪油、酵母水，揉面发酵，再将面团分段解开，包入提前准备好的冷藏馅料（果料）。每只包好后醒发，冷水上锅，蒸焖，出锅冷却，盖上“福”字红印（用于乔迁贺喜时选用绿印）。“起锅的时候，速度一定要慢，这样油包的表皮就不容易塌陷，否则影响外皮美观。”她柔声叮嘱身边的工人小心操作。

在正月里，无论是零售还是定制“油包”的顾客都尤为多，特别是许多在外工作的六横人，更是笃信这家家乡的“甜”，大包小袋地揣上不少回乡，方才心满意足。

50余平方米的“包子铺”店面，4名制作工人，在正月里一天的“油包”制作量能够达到200到300只。这些“油包”单只重量在9两到1斤2两，一笼能蒸7只，同时能蒸6笼。

每天要制作出数百只体型硕大、馅料饱满的“油包”，对于又是老板同时又是制作人员的谢柳枝来说，压力无疑是巨大的。她经常从凌晨1时连续工作到次日中午11时，在赶工制作时，一天的睡眠时间甚至不到5个小时。

“做早餐或者说做面点这行的，哪有不辛苦的。吃不了这个苦，就做不下去咯。”谢柳枝一边忙碌着，一边笑着对笔者说。对于未来，她也有美好的憧憬：“我在这里生活了这么多年，对这里也非常有感情。再加上所谓行一行爱一行，我想继续努力把这种六横特色油包做的越来越好，能在新老顾客那里，留个好口碑。”