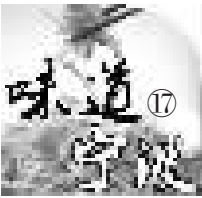


# 盐烤虾蟹、清蒸望潮、咸菜黄鱼汤…… 象山传统渔家菜成为当地一大招牌



盐烤虾蟹、清蒸望潮、咸菜黄鱼汤……这些象山北部沿海乡村流行的传统渔家菜，不知不觉中成了食客口中的网红款。近日，天气回暖，记者特地来到象山黄避岙白屿村，寻找江湖传说中的渔家美食。

## 海边村落盛产苔菜、蛏子等海味

按照导航，从宁波市区开车往南，驶过象山港跨海大桥，从象山北出口下高速，然后在村镇公路上行驶，很快就到了岔路口，看到了公路边的白屿农家乐。

白屿村靠海，村道两边晾晒着成排深绿色的海苔，村子外围是高高筑起的海塘和一片片的滩涂，勤劳的村民在滩涂上弯腰捡蛏子。到了村里，还没吃到海鲜

就已经感受到海的味道。

中午11点多，三三两两的食客陆续光临。老板娘告诉记者，除了蛏子、基围虾这些常见的养殖品种，店里多数

是野生货。

店里供应的很多“蔬菜”也是海水里泡大的，比如紫菜、苔菜、海草等，这些无论鲜吃还是干吃，都是海边人家的家常菜。

## 这里是招徕食客的网红菜

店里食材很丰富，除了芹菜、春笋等时蔬，大多是海里出产的。

盐烤小海鲜上桌时，色香俱全。一只陈旧小铁锅的底部一层厚厚的烤干了的粗海盐，海盐上面的虾蛄、石蟹、蛏子、白虾、花蛤，烤得干干的，蛏

子、花蛤的外壳都已开裂，蟹壳、虾蛄壳已经微焦，散发出特有的香味和烟火气。

听正在用餐的食客说起，这里带壳烧烤的牡蛎也非常好吃，鲜而不腥。鱼鲞烤肉的味道也非常地道。因店里的鱼鲞都是野生海鱼晾晒

而成，鲜味十足，和土猪肉一起文火炖煮，肉和鱼鲞的味道融为一体。

清炒紫菜上面撒了一点蒜，口感比紫菜汤更为鲜滑。老板娘介绍，现在不是新鲜紫菜上市的季节，这些都是春节前的头道紫菜，现在拿出来泡水后再清炒。

忽然，看到一道久违了的粗菜——青菜炒豆腐渣，这道变渣为宝的家常粗菜，现在基本淡出家庭餐桌，在这家海边农家乐偶然遇见，颇觉亲切。

除了这些特色菜，食客们享用较多的还有肉丸蒸红烧肉、咸菜黄鱼汤、海鲜清蒸拼盘等。

## 寻常农家菜也有美食秘诀

大堂里点菜的食客很多，老板娘忙着招呼，无暇和记者搭腔，于是记者悄悄溜到厨房去看个究竟。

和店堂相比，厨房面积较大，也很亮堂，看上去干净又实用，有五六个灶台可以同时开煮。其中有一个大锅可以直接上竹制蒸笼，感觉很接地气。而蒸锅旁的长桌上，

摆放着已经洗干净的鲳鱼、小黄鱼、蟹块等海鲜及米馒头、米糕等。正在厨房里忙乎的大婶把这些菜品一盘盘放到蒸笼里。

在长桌上，记者发现一盆黑乎乎的汤汁，上面好像还漂浮着一些切碎的蒜末，这位大婶告诉记者，这是蒸鱼的调料，是店里专门调制的。

除了这碗神秘的汤汁，记者在厨房还看到一盘团状的望潮，原来这是鲜活望潮经过跌打后揉成的。记者请教老板娘后才知道，鲜活望潮加上辣蓼（一种当地的植物）放在盆里，用手不断地摔打，大约半个小时后，长长的触角逐渐变得弯曲，望潮就变成了团状，这样清蒸望潮的口味

就会又脆又香。当然打成团状后也可以红烧。她说，这是当地传统的望潮制作方法，一般上点年纪的人都知道。

店里的帮厨告诉记者，老板娘擅长烧煮本地的传统菜肴，像盐烤海鲜、清炒豆腐渣、清蒸望潮等为了保证口味纯正，一直都是老板娘自己掌勺。

## 乡间名厨原为渔哥渔嫂

和老板娘断断续续的采访中，记者了解到，这家店的正规名称是“白屿和文农家饭店”，“白屿”是村名，“和文”是老板沈和文的名字，多数顾客都称这家饭店为白屿饭店。

说起这家店的来历，老板娘曹凤菊说，他们夫妇是当地人，村民捕捞都是从村里的西沪码头出海、靠港。沈和文年轻时家里有一条渔船，是地道

的渔民，后来除了捕捞，顺带做点海产生意，把村里的海鲜卖到附近的城镇。渐渐地，白屿海鲜的名气大了，住在城镇里的亲友很喜欢这些土里土气的菜肴，遇到节假日时会特意到村里做客并品尝土菜。

2006年，夫妇两人和女儿一起开起了白屿和文农家饭店。刚开业时，生意并没预想的那么好。三人齐心协力，

饭店的名气才一点点传了开去，渐渐吸引了附近村镇的居民。前几年象山港大桥开通后，白屿正好位于象山北高速口，这给店里带来了许多食客，生意越做越红火。现在，一些宁波市区的食客也常常光临，特别是到了节假日，很多家庭自驾来海边游玩，同时品尝渔家美食。

记者 谢昭艳



3月18日，柿林村游客如织。 记者 鲁威 摄

## 四明山春季旅游拉开序幕

3月底将迎来首波赏花高峰

商报讯（记者 鲁威）3月18日上午，余姚柿林村举行“春山花神祭”主题活动，12位穿着古装的姑娘和游客一起来到柿林村古树群祭祀800年古树，并由此拉开了四明山区域新的一年旅游的序幕。

当天，记者在柿林村看到，山里的黄槐树、野杜鹃陆续开花，到山里游玩的游客一批接着一批。据柿林村的工作人员介绍，天气渐暖，樱花、红枫也会相继盛开。预计，3月底至4月会迎来一波赏花高峰。

昨天，记者从宁波市旅游局了解到，四明山春季的旅游活动比往年将更加丰富。4月，四明山区域将举办樱花徒步大会，海曙杖锡村的樱花节也将于4月举行，章水镇还将举行“醉美樱花”女子半程马拉松。此外，四明山区域还会开展民宿、采摘、禅学游等方面的活动。

## 320余名学子远足13公里“上课”

商报讯（记者 李臻）“这周非同寻常，因为学校举行远足活动……现在远足结束了，可也告诉了我一个真理：藐视一切困难，坚持到底，成功就在彼岸。”昨日，宁波神舟中学高一6班俞同学洋洋洒洒地写下一篇周记。

前一天，她和自己所在学校的高一年级320余名同学，在老师的带领下，一起从章水镇的四明山革命烈士陵园出发，沿着四明山山路，步行13公里，前往目的地周公宅水库。经历3个多小时，所有同学都走到了终点，同学们纷纷在“节约用水，保护水源”的条幅上签名。

“这是非常有意义的一堂课！”神舟学校校长李永培介绍说，“活动起点是缅怀先烈，终点又是保护水源，两大主题贯穿远足活动中，同时磨炼了学生们的意志。”



读者朋友若有好的乡村美食小店推荐，可关注上面宁波乡村旅游微信，上传相关信息。

拍卖公告栏

刊登热线：87685722  
13884469746 姚

另外承接《宁波晚报》《东南商报》政府类、企业类、招聘等公告，欢迎垂询！

宁波新东方泰拍卖有限公司 拍卖公告

受委托，本公司定于2017年3月27日下午2:00在宁波东钱湖旅游度假区大寺福泉山茶场四楼会议室举行公开拍卖会。

一、拍卖标的：  
车牌号为浙BG3776、浙BG3712、浙BG2703三辆柯斯达客车（登记日期均为2008年9月）及车牌号为浙BH0165、浙BH0813、浙BH0802三辆金龙客车（登记日期均为2011年1月），共计六辆，整体拍卖。起拍价：25万元，保证金3万元。

二、标的咨询、看样：即日起至2017年3月23日止可自行看样或提前与拍卖公司联系看样。

三、保证金缴纳及竞买登记：有意向的竞买人须于2017年3月24日下午3时前将拍卖保证金汇入本公司账户（户名：宁波新东方泰拍卖有限公司，开户行：农行江东支行营业部，账号：39152001040005534），凭银行进账单以及有效身份证件（均原件）到本公司办理竞买登记手续。

四、联系电话：0574-87717450

五、报名地址：宁波大河巷32号2楼  
未尽事宜详见拍卖专场资料，或登录本拍卖公司网站（http://nbeastop.net）查询。

浙江金诚拍卖有限公司 拍卖公告

受委托，兹定于2017年3月30日上午10时在本公司拍卖厅举行拍卖会，现将有关事项公告如下：

一、拍卖标的：位于宁波市江北区新马路288弄12-18（双）号的房产，证载建筑面积507.75㎡，使用权面积253.88㎡。参考价670万元，保证金60万元。

二、拍卖方式：本次拍卖为有保留价的增价拍卖。

三、看样展示：即日起至2017年3月24日止，竞买人可自行到实地看样，或与拍卖公司联系。

四、竞买办法：竞买人于2017年3月29日下午4:30前将拍卖保证金缴入本公司指定账户，并于当日下午5时前携汇款凭证和有效身份证件到本公司办理竞买登记手续。

五、联系电话：87810776 87715615  
传真：87712912

联系地址：宁波市百丈东路28弄2号907室（嘉汇国贸B座）。  
未尽事宜详见拍卖资料。