



蛏子、河虾、野生笋

C.

春季气温升高，蛏子、河虾等肉质日见饱满，也是甬城马大嫂们的热门选择之一。记者在市区M6等生鲜门店看到，来自宁海长街的蛏子、花蛤号称“滚臀壮”，价格适中，受到市民的喜爱。

春笋也进入上市的高峰。记者从市蔬菜批发市场了解到，为方便笋农交易，他们开辟了笋类的专门交易区，每天有来自天南地北的春笋源源不断进入市场。油焖笋、咸菜烤笋、猪肉烤笋是宁波人喜欢的家常吃法。还有野生的小笋，零售价格10—15元每斤，味道鲜嫩。

川乌

D.

每年清明前后，一条“网红鱼”的种种传说总会“闯”进人们的视线，掀起浪花朵朵，它就是川乌。

“春事刚临社日，杨花飞送鲛鱼。”马鲛鱼是大海中一种比较常见的鱼类，生性凶猛。每到清明前后，外海的马鲛鱼洄游进入中国沿海进行产卵，而象山港是马鲛鱼集中的海域之一，在咸淡水交汇的港区周边，马鲛鱼性腺成熟，背上呈现出一条明显的蓝绿色斑纹带，变身为宁波人口中的“川乌”。

马鲛鱼肉多刺少，尤其是4—6月，以鱼虾等为食的马鲛鱼生得浑身肥满，因此清明前后的川乌成为不少食客眼中的时令美食。

记者最近探访了咸祥菜市场和市区多家菜场、鲜菜店。咸祥菜市场毗邻象山港，是宁波川乌交易最集中的菜场之一。记者发现市面上的马鲛鱼种类不少，有普通马鲛鱼，每斤25—35元，也有便宜的川乌，只需40—45元一斤，还有较高价格的川乌，60—70元一斤。

“价格已经便宜下来了，3月初上市要100、200元一斤”，江北区天合家园附近一家生鲜菜店老板坦言，“其实马鲛鱼和川乌味道差不多，都是炒出来的”。就近买菜的市民张阿姨说，“川乌鲜是要鲜一点，但没有宣传说的‘鲜掉眉毛’吧”，她说，作为生活在海边的人，鱼见得多了，马鲛鱼并不名贵。川乌卖得这么贵，不如买点实惠又新鲜的小黄鱼，味道同样鲜。

市海洋与渔业研究院高级工程师郑春静表示，这几年象山港捕上来的蓝点马鲛鱼不仅个体变小，还出现了性成熟提前现象。除了过度捕捞是重要因素外，还跟近海物种资源衰退，海洋饵料生物丰度下降等有关，“长此以往，蓝点马鲛鱼就有种质退化的危险。”

清明鹅

E.

清明时节不仅景致迷人，更是时令食材上市的时候。而对于吃挑剔讲究的宁波人，从来不会浪费每一味可以满足口腹之欲的食材，春天肥美的大鹅正是必选的食材。

据奉化县志记载，奉化人早在晋朝就开始饲养大白鹅，距今已有1700多年。在镇海、余姚、象山等地，养鹅的记录也可追溯到数百年前。

在白沙菜场的蛋禽区，经营户老陈打包好最后半只鹅给客户，准备送货。忙里偷闲，他告诉记者，最近确实是鹅消费的高峰。“平日里，热气货是鸡鸭比较好卖，这段时间鹅也上来了。清明吃鹅总是阿拉宁波人的传统，自己做个白煮、红烧或者笋烤鹅都挺好。”

在每年清明之前，宁波人都有做羹饭祭先祖，祈家宅平安的习惯，一道鹅肉是桌上少不得的。“也就是从这一阶段开始。鹅的销量就开始往上走了。最近我们全市的门店大概一天能卖出八九百只，周末更多，大概一天能有1500只，其中烧鹅占六成，略多于白斩。”张记大块头餐饮管理有限公司的相关负责人杨芳告诉记者。

事实上，烧鹅的做法是几十年前，从广东那边传过来的。宁波烧鹅经过多年改良，有了自己的本土味道。滋味不借后期蘸料，而是源于腌制和烧制过程中对食材入味的把控。讲究外皮脆，内肉嫩，口味咸鲜。

