



苏青与宁波饮食民俗

□毛海莹

“十里不同风，百里不同俗”，每个地方的饮食民俗可谓是最具“地域特色”了，它对一个人的影响无疑是很大的。宁波地处浙东沿海，其地方菜属于浙菜。而宁波籍女作家苏青(1914—1982)作为宁波人，自然也对阿拉“家乡菜”特别有研究，诸如“冰糖甲鱼”、“桂花黄鱼”、“红烧河鳗”、“咸炆蟹”、“盐焗笋”、“肉里肉”豆瓣、“草紫”等，苏青均能如数家珍地脱口而出，并知其做法。

“独占鳌头”的宁波菜

在散文《谈宁波人的吃》中，苏青这样写道：“红烧鳗与冰糖甲鱼，是我祖父所顶爱吃的食物，我祖母常把它们配好了上等料理，放在火缸里炖上大半天，待拿出来吃时，揭开罐盖便嗅到了一阵肉香，仔细瞧时，里面的鳗或甲鱼块正好在沸着起泡呢。”如此充满生活气息的文字只有宁波人苏青才能信手拈来。

旧时“冰糖甲鱼”在宁波菜中名气不小，位居宁波十大名菜榜首。老底子宁波大户人家的家常菜中经常可以吃到这十大名菜，像冰糖甲鱼、苔菜拖黄鱼、腐皮包黄鱼、网油包鹅肝、荷叶粉蒸肉、红烧河鳗、黄鱼海参、彩溜全黄鱼、火腿全鸡、苔菜小方焗等。但“冰糖甲鱼”独占鳌头，也是状元楼的“招牌菜”，这恐怕还得从宁波状元楼的故事说起。

相传很久以前，宁波江北岸临江有一家小酒馆，掌柜以烧冰糖甲鱼著称。一天，外地来了两位举人，正欲赴京赶考，途径宁波相约到这家酒楼饮酒。伙计陆续送上各道名菜。两位举人见最后端上来的冰糖甲鱼，鳌头上翘，晶莹剔透，清香扑鼻，便问掌柜：“此菜何名？”掌柜见两位随身都带有赶考的行头，便灵机一动，暗送彩头道：“相公，此乃‘独占鳌头’是也！”举人听了，连

对海鲜情有独钟

中国古代的饮食是极其推崇“蟹文化”的，《周礼》、《齐民要术》等均有不同程度地论及。李渔在《闲情偶寄》中有一段对蟹的精辟论述：“独于蟹螯一物，心能嗜之，口能甘之，无论终身一日皆不能忘之，至其可嗜、可甘与不可忘之故，则绝口不能形容之。”可见，谙熟生活乐趣的李渔将“蟹”之美味推崇到了极至。宁波女子苏青对“蟹”也有其独特的见解：“镇海青蟹与上海所售的澄湖大蟹比起来，觉得其肉更软更松脆。但蘸着的酱油也很要紧，定海的洛泗油，颜色不太浓而味带鲜，与上海酱油带浑黑色者不可作同日语。”苏青初到上海时，总是念念不忘故乡常吃的虾蟹、蚶子、圆蛤等，还有就是与之相配的“洛泗油”。“舟山洛泗油，裕大最考究”，这种油迄今已有一百七十余年历史，最初每斤价格是64钱铜钲，故名“六四油”。清道光初年，慈溪两位酱油师傅在舟山定居，由于有较好的酿酱技术，加上舟山有得天独厚的优质海盐，因此所产酱油味鲜质纯，老宁波人吃海鲜时特地要搭配上这种洛泗油。苏青从小生活在宁波，耳濡目染宁波老风俗，对“洛泗油”自然也不陌生，因此她的文字中时常掩饰不住

“咸下饭”与“焗”的传统

海鲜固然是宁波菜的特色，但老宁波人却钟爱“咸下饭”，像“咸炆蟹”、“咸齋”、“咸笋”、“腌笃鲜”、“泥螺”、“蟹酱”等。苏青对“咸下饭”的感情非同寻常：“说起咸蟹，其实并不咸，在宁波最讲究的咸货店里，它是用一种鲜汁浸过的。”接着苏青又将宁波的“咸炆蟹”与同住一宅弄堂房子里苏州人的蟹相比，字里行间流露出苏青对外地咸蟹不屑一顾的语气，但却是真挚的、率性的，家乡菜也成了苏青一辈子辗转生活的慰藉。

为什么宁波本地菜中有那么多咸的和腌制的东西呢？在我看来，一是由于宁波靠海的地理位置和制盐习俗所致。俗话说“靠山吃山，靠海吃海”，宁波沿海先民除捕捞外也常因地制宜晒盐。宁波下属的咸祥镇就是一个典型的农渔结合之地，元、明间，外来移民利用海涂高阜处煮盐，因名“盐场”。至清嘉庆年间，正式更名为“咸祥”。至今咸祥镇仍保留着亦农亦渔的八月半“渔棉会”传统节日。传统的制盐习俗使得宁波先民学会了用盐腌制的方法来保存食物，因而也就有了更多的“咸下饭”。二是由于宁波人的生产商业习俗所致，宁波渔民出海捕鱼一去就是数月，他们也会带些咸的

呼“妙哉”，尽欢而去。事有凑巧，待到秋季揭榜，其中一位举人果然中了状元。他衣锦还乡，特地重登甬江边这座小酒楼，掌柜再次精心制作“冰糖甲鱼”让状元公品尝，并捧上文房四宝恭请状元为酒楼题名。状元老爷兴致勃勃提笔写下了“状元楼”三个大字。从此以后，状元楼和“冰糖甲鱼”名噪浙东。

可能苏青也并不知道这“冰糖甲鱼”与宁波状元楼的故事，但她却很有口福，经常能在家吃到祖母亲手做的这道菜。苏青出身于一个地道的书香门第，她的祖父是位清朝举人，曾于1904年至1911年担任过宁波府中学堂的校长。祖父开通的思想、淡薄的等级观念以及循循善诱的教育方式对儿时的苏青产生了巨大的影响，以至于祖父的一言一行乃至他喜欢吃的“冰糖甲鱼”都给童年的苏青留下了极其深刻的印象。

冰糖甲鱼凭借“独占鳌头”的美名倍受宁波文人学子的青睐。宁波是个历史文化名邦，从唐至清共出过12名状元，有着浓厚的崇文重教之风。而这个有着深厚文化底蕴和美好寓意的名菜自然迎合了宁波当时的社会气象，被列为“十大名菜”榜首也就不足为奇了。

那清香而诱人的味道，青蟹与洛泗油绝妙的搭配也成为那时老宁波的时尚。

“自己因为是宁波人，所以常被挖苦为惯吃咸蟹鱼腥的。其实只有不新鲜的鱼才带腥，在我们宁波，八月里桂花黄鱼上市了，一堆堆都是金鳞灿烂，眼睛闪闪如玻璃，唇吻微翕，口含鲜红的大条儿，这种鱼买回家去洗干净后，最好清蒸，除盐酒外，什么料理都用不着。”身为宁波人，苏青有着直接的生活体验，她对新鲜黄鱼有着特殊的感情。其实，在普通宁波人家的饭桌上也是少不了黄鱼这道菜的，像“苔菜拖黄鱼”、“腐皮包黄鱼”、“黄鱼海参”、“彩溜全黄鱼”都是以黄鱼为原料的，足可以看出宁波人对黄鱼的偏爱。早期的宁波渔民在东海捕捞黄鱼时，常常用“循声”围捕的方法，即渔老大耳贴舱板谛听海中鱼儿叫声，根据黄鱼的叫声来判断鱼群的大小和下网的尺寸，从而喜获丰收，这就是原始的“鱼群侦察”活动——听鱼。历代宁波人之所以喜爱黄鱼，还因为民间有黄鱼是“金条”的说法，逢年过节或婚嫁迎娶都少不了“大黄鱼”，以示门户年年有鱼(余)、吉祥昌盛、飞黄腾达。

食材上船，以便保存；宁波人也崇尚经商习俗，外出学艺、做生意的风气很盛，为节约生活成本，他们出门多带些咸货过日子。如今，随着生活水平的提高和健康理念的普及，宁波人已不再刻意追求“咸下饭”，但这种口味与乡情却是根深蒂固、挥之不去的。

宁波菜的烹饪技巧中，“焗”是颇有特色的。像十大名菜中的“苔菜小方焗”以及家常菜中的红烧肉、宁波焗菜、鲞烤肉、梅干菜焗肉等都是离不开这“火”功的。苏青曾用文字记述道：“宁波菜中又有许多是‘烤’的，烤肉烤鸭烤大头菜，无一不费时费柴火。但功夫烧足的东西毕竟是入口即融的，不必费咀嚼，故老年人尤爱吃。”中国饮食文化博大精深，有“炒、蒸、炸、氽、煎、焗”等烹饪技巧，而“焗”的做法是最入味的，也使食材相对比较松软。早些时候，宁波人在冬至前夜都有“大头菜焗年糕”的习俗，寒冷的冬夜家家户户的灶火烧得旺旺的，一家人忙着焗大头菜。冬至节当天早晨全家人便聚在一起享受这风味独特的乡间美食。据说，冬至前夜门户灶火不灭，预示来年家里“烘烘相”，兴旺发达，而年糕则有“年年高”的吉祥寓意。



作者简介

毛海莹，文艺民俗学博士，宁波大学国际交流学院教授、硕士生导师。有《寻访苏青》、《书香飘异邦——旅美作家应文婵悲欢人生》、《苏青评传》、《江南女性民俗的文学展演研究》等专著，在《文艺理论研究》、《中国现代文学研究丛刊》、《文艺争鸣》、《民俗研究》等核心刊物发表学术论文30余篇。

颇有特色的地方点心

苏青在散文《吃与睡》里说：“我有一个秘诀，便是饭菜吃得落位时，可以再吃些甜点心类以资补救。所谓点心，其第一要件当然是清松稀薄，美于口而无不利于腹，换句话说便是质宜精而量宜少，在饥时食之可疗饥，而饱时食之却不至过饱。”她继而坦言自己喜欢动手弄些点心：“往常我在家里总是放着不少的点心作料：桂圆，莲子，红枣，白果，牛奶，鸡蛋，可可，杏仁粉，圆子粉，西谷米等等都有，糯米麦粉以及面类则更不成问题了，要做什么点心便可以做什么的。”

其实，早些时候宁波很多人家也有自己亲手做点心的习惯。《浙江风俗简志》中记载了宁波十大名点，包括龙凤金团、豆沙八宝饭、鲜肉小笼包子、水晶油包、猪油汤团等。其中龙凤金团和猪油汤团对宁波人来说尤其重要。龙凤金团形圆似月，色黄似金，面印龙凤浮雕，蕴含团圆吉庆之意。民间流传着“龙凤金团”的故事，南宋康王赵构逃难到宁波，危难之际鄞州一村姑骗走金兵，救了康王性命，并给他一个有馅的糯米团子充饥。后康王返回临安，吃过的糯米团子被封为“龙凤金团”。而宁波汤团则始于宋元时期，距今已有700多年的历史，宁波地区民间每逢正月初一早晨，家家户户、男女老少都要吃宁波汤团，以示欢乐、团圆、吉祥之意。其他还有宁波新女婿送丈人丈母“端午担”中的蜂糕，有各色印板在火缸上烤的印糕等。

宁波如此丰富的地方点心也触动着作家苏青的味蕾。像《谈宁波人的吃》、《吃与睡》、《豆酥糖》、《断肉记》、《饭》、《买大饼油条有感》、《夏天的吃》等一系列“食”散文泉涌般地从苏青的笔端汨汨流出。“宁波汤团”、“龙凤金团”、“桂圆汤”等地方点心不止一次地出现在苏青的散文或小说中。从这些具体而细致的描绘中，我们不难看到苏青那被浓厚的饮食民俗渲染下所产生的独特的文学客体。比如：“嫖对于男人本来是稀松的事。并不是男人非吃这客汤团不可，也决不会有男人拿汤团来当饭吃。太太好比阔人家的饭，虽然不一定需要，不过一日三餐的时间到了，总不免要循例地扒上几口。交际花是精美的点心，也可以补饭之不足，然而不一定人人吃得起，吃得起的人也决不肯天天只吃此一种也。”这里苏青选用“汤团”、“饭”、“精美的点心”这些贴切、形象的饮食意象来比喻男人对不同女人的态度，是朴素的，极其生活化的。苏青能在吃上做出如此细致、精到的“文章”，无怪乎人称“女性市民作家”。

民俗是生活的文化，是一种约定俗成并得到民众认同的文化，区域的民俗文化特点一旦形成，便会长期传承，并成为某一地方的文化特色而不断地得到加强。经过千百年的积淀，宁波拥有了自己独特的地方菜品与点心，也形成了独具特色的饮食民俗。而苏青的文字为我们展开了一幅原汁原味的宁波饮食民俗画卷，也使我们感受到了一个世纪以前宁波的饮食旧俗。如何更好地传承与保护这一民俗文化，将是新一代宁波人亟需考虑的问题。

投稿E-mail: ljz@cnnb.com.cn