



来温州,不可不品的一方美食

“擦亮“诗画山水·温润之洲”文旅品牌,以“温州景、温州味、温州戏、温州夜、温州礼、温州情”吸引八方游客”。这是今年温州文旅高标准推进旅游大发展的清晰思路。温州,一座名声在外的美食之城,好吃的东西五花八门。从海产到山珍,从品味大餐到民间小吃,款款温州美食,轻轻挑动你的味蕾。特色蔬菜、美味海鲜、地道小吃,这些不可不品的温州美食,是来温游客“有味”又“暖胃”的记忆。

记者 林献雄 图片 温州市各地文旅部门提供



1

让人心心念念的鱼丸

鱼丸,也称鱼圆,吃鱼圆意为圆满。温州鱼丸在温州美食江湖中的地位很高,属“皇冠级”美味。它是市民心心念念一致认同的家庭御用美食,其主要所用食材有鲞鱼、马鲛鱼、鲢鱼、黄鱼等。过去用马鲛鱼为主,早在1998年,温州鱼丸便已“国家级”荣誉加身,被认定为“中华名小吃”。

鉴于温州鱼丸名声在外,很多游客、商旅客人来温都会到五马街、公园路等市井地品上一碗,港台同胞也然。有一次,正大综艺主持人、台湾知名媒体人李秀媛带台湾旅行团来温。记者在温州香格里拉大酒后厨见到,全体台湾旅行社团员饶有兴趣地跟酒店大厨学做温州鱼丸。现场,台湾同学做温州鱼丸的热情高涨,取肉、加粉、放葱姜、反复揉,一道道工序下来,最后品尝自己现学现做的鱼丸,阿姨大叔们真是快乐无比。

温州做鱼丸的品牌商家也不少,遍布大街小巷的“强能鱼丸”、五马街曹仙巷口的“陈辉鱼丸”、人民路的非遗小吃“阿红鱼丸”。在五马街口那家楼梯走得“嘎嘎响”的陈辉鱼丸店,记者几次去都碰到外地口音食客,一了解知道他们有来自丽水的,也有温州各县区的。很多人找到这家有着光辉岁月的鱼丸老店,只为一品其真味。



6

充满数字「美学」的花蚶

花蚶,又名血蚶、泥蚶,这种生长在滩涂里的贝类海洋生物,是温州一种特色美食。之所以也称其为血蚶,因拨开壳可看见带血蚶和血色分泌物。温州花蚶的个头比毛蚶小几圈,开水烫过后剥开的花蚶肉鲜血淋漓,温州人坚定地认为,这个海鲜“宝贝”滋补,可以补血。所以,在温州去看望坐月子的孕妇或病重症患者,本地人也会带上几斤上等花蚶作为伴手礼。这个礼物比单纯的“红包”更受欢迎,因为花蚶不是每个季节都有。

花蚶好吃,如何搞熟它,却是个“技术活”。温州花蚶不是烧熟炒熟而是用开水烫“熟”的。烫熟花蚶秘诀在于时间,按秒计算的时间。公认烫熟花蚶的伎俩有二,一是用点数十三下一气呵成法,二是预热渐进烫熟法。前者流程是锅里开水沸后,把外壳洗净的花蚶整体下锅,水位要没过花蚶,慢数1至13,马上用沥水起锅即可食用。后者流程是先用沥水把花蚶在沸水里快速过一遍,这叫“热身”。好了正式入沸水数7秒,起锅即可。

两种方式都和数字有关。有外地朋友开玩笑说,难怪温州是数学家的摇篮,真是连美食、生活都不忘用数字完成。



2

爽口爽心的江蟹生

江蟹生,用东海产梭子蟹佐以调料制成的一道冷菜,成品晶莹剔透,是温州酒席上的著名冷盘,亦常见于温州人家的餐桌。制作食材采用鲜活的梭子蟹,经过刀刺分解成小块,用醋、酱油、黄酒浸制或辅以其它腌制原料,浸制时间约半小时至一小时。因此,江蟹生的味道就是酸、甜、酱、鲜,温州人食之,是说不出的万般喜爱。

在温州的特色海鲜美食中,江蟹生是“神”一般存在。作家林斤澜先生写温州吃食,提及“保留食物原味”和“生食”这两大温州饮食特点,而温州无人不识的“江蟹生”正集齐这两大特点。对此,瓯菜大师叶叶光老师介绍,用新鲜食材当然更好,也可以把切断的蟹股蟹肉放冰箱冷藏格10—15分钟,这样蟹肉更硬朗,食用蟹肉也好吸食。

当然,江蟹生的“半生不熟”考验人的胃。有人说,温州人的胃是从小吃海鲜练成的,生食不在话下,历经无数海鲜和生食的温州人的胃,当然是北方人无法比拟,这个和很多南方人不敢吃一点点辣同理。也有人说它和白酒很“登对”,适合“同食”,因为白酒有杀菌作用。因此,这是道吃起来鲜嫩丝滑的“下酒神器”。



7

满街飘香的永嘉麦饼

永嘉,除有闻名的国家级风景名胜区楠溪江外,还有个大名鼎鼎的特色美食——永嘉麦饼。据传,永嘉麦饼已经有1000余年的历史,源出于永嘉县花坦村,由花坦村朱氏先人所创。

永嘉麦饼可称特色主食,也是当地特色小吃,具有形体大、饼皮厚、馅料多、味咸香的特点,广受温州人喜爱。漫步温州市区大街小巷,你会不时看到一个个装修简单、店招醒目的“永嘉麦饼”店,“永嘉麦饼”就这样存在于温州百姓生活。

温州大街小巷遍地永嘉麦饼店,馅心主要有梅菜加肉、咸菜加肉不同,常规重量一个一斤多,也有大号的永嘉麦饼近两斤,价格自然要贵一些。永嘉麦饼在温州市区早已以专卖店形式出现,而在永嘉县多见为麦饼摊。通往楠溪江景区的省道上,一路可见永嘉麦饼摊,摊主5分钟之内可以现场给你烤一个香酥可口的永嘉麦饼(或把已烤好不久的麦饼再烤热一下)。

永嘉麦饼价格实惠,因此,在永嘉当地已是一个“小产业、大经济”。什么老大妈麦饼、徐王记麦饼、孝老头麦饼、小五麦饼、蓉姐麦饼、李哥麦饼,名称一个比一个接地气,都是村民最朴素的称呼,还有些永嘉麦饼品牌经过包装已经走向全国。据永嘉县麦饼办负责人介绍,目前永嘉麦饼店全国有500余家,永嘉麦饼已是非遗美食,永嘉麦饼带来的小吃经济不可小觑了。



3

细如毛线的炒粉干

炒粉干在温州人的心目中,其地位是很重的,它既是著名的小吃,也是心仪的主食,还是人见人爱的夜宵。在温州沿街大大小小的美食小铺中,温州炒粉干、平阳炒粉干是“非常傲娇”的存在。很多外地人从温州,都会慕名来品一下地道温州炒粉干。

温州炒粉干公开的“教程”是先把米粉干在水中煮半熟,捞起,滤干。再在小碗里放酱油等调料,浇在粉干上,拌匀,晾干,备用。蔬菜切丝(尤其是包菜),炒好备用。接下来在不粘锅里放油,先把粉干放入锅内不断地翻动,炒成金黄快好时,把炒好的菜倒入拌起来,出锅。其中佐料瘦肉、香菇、鸡蛋、鱿鱼丝等放进去后,温州炒粉干更加香喷喷有味道。

在温州的大街小巷,各片区都有一些认知度很高的炒粉干店,市区的桥儿头路口炒粉干店、蒲鞋市菜市场对面炒粉干店、府前街仓桥炒粉干等都颇具人气。这些店铺一般营业很迟,因为它们还是出租车司机的消夜点。当然,车主除了要一碗炒粉干,还会再来一份芋艿骨头汤。炒粉干和骨头汤是“搭档”,就像温州的豆浆配糯米饭一样,属于最佳拍档。



8

酒后很想来一碗的猪肚粉

猪肚粉是温州的一道特色小吃,该菜品主要由猪肠、鸭血、粉干等配料配制而成,猪肚粉属大肠米粉的一种,除是温州名小吃外,还是温州非物质文化遗产。

猪肚粉店遍布温州大街小巷,到处可见。它不但在国内闻名遐迩,还香飘世界。如今在美国唐人街、法国巴黎三区、西班牙马德里华人聚居区等世界华人特别是温州人集聚区,据说都能品尝到温州猪肚粉。

说起猪肚粉,不能不说的食材用料,制作温州猪肚粉要选用比较粗的米粉,血最好是鸭血。还有生油、黄酒、大蒜叶、盐、鸡精、白糖等配辅料。在温州人的心目中,猪肚粉美食功用是全能的。它不仅是美味的早餐,还是可口的中餐,也是不舍的晚餐。晚上喝酒后品之,还是和胃解酒的夜宵美食。

央视《我的美食向导》2024年初探寻温州古城美食,最会吃的导演陈晓卿在体验品尝温州猪肚粉后,直呼好吃,过瘾。

当然对三高值不断升高的中年人,猪肚粉已成一道“高诱惑美食”。不过记者一位调杭州工作的好友,每每回到温州晚上聚餐后,不顾自己尿酸高,不忘到仓桥街来碗“守英家猪肚粉”,不为别的,只为解馋。



4

解人无尽乡愁的温州馄饨

有人说,温州馄饨是温州最接地气的一种美食,它既是一款家常菜,也是沿街美食店铺中一种最具温州特色的主打小吃。许多在外温州商人和归国华侨回乡,都会想回味一下小时候熟悉的味道。一碗温州鲜香馄饨,满足了味蕾,解了无尽乡愁。

皮薄是温州馄饨的第一特点,也是标志。据一位馄饨师傅介绍,温州馄饨皮薄如宣纸,在全国各地称之为“馄饨”的美食中绝对是最薄的。当地人称这个皮为“影灯光”,意为可以透视灯光。其次是现煮,正宗方法是将皮一碗一碗地煮,不能大批量“作业”。小时候跟大人到龙湾(原瓯海)永强寺前街学林馄饨店品尝,这家距今开了138年的温州馄饨老店,记忆中是一碗碗出锅,据向传承人了解,现虽面粉不一样了,但一次也不能超两碗。

在温州市区,有两个地方可以品尝到地道“温州馄饨”。一是解放北路上的“长人馄饨”店。据传“长人馄饨”源于1930年左右,由于创始人个子很高,人们都称他的馄饨为“长人馄饨”。以前解放北路是温州闹市区,现因商圈的变化开始冷落,但这家长人馄饨店依然顾客盈门,可见传统小吃的市场生命力。还有一个馄饨品牌是“温州馄饨担”。不知何时起,温州小南路出现了一家“老温州馄饨担”店铺,全新的装修,古老的桌椅,传统的布置,让人仿佛进入古时的温州馄饨店。新温州馄饨担,听说生意不错,大街小巷还开出了李生的“温州馄饨担”“老温州馄饨铺”“老南塘馄饨担”等店名。



9

外脆里嫩的灯盏糕

灯盏糕是温州一传统特色名点,也是温州十大名小吃之一。其历史悠久,最远可追溯到元末明初。据说在元末明初刘伯温进军温州城的时候城内义军联络暗号,为“等斩”糕,温州俗语“等斩”和“灯盏”是同音。

温州灯盏糕一般是用大米、黄豆磨成稠浆,加入面粉,包裹萝卜丝、猪肉等为馅料油炸而成。位于温州市区鼓楼街2号(解放街口)的扁头灯盏糕颇具名气。据了解,扁头灯盏糕在这5平米的小店里坚持了二十几年。每次路过,都看见人店前排队者众。店里的灯盏糕全部现炸现卖,师傅先在一个大汤勺里铺一层面浆,后在里面铺一层白萝卜丝,一层猪肉丝,打入一只鸡蛋,再往上面浇一层面糊。炸至边缘有翘起时,将勺子在锅边敲几下,使灯盏糕脱开勺子,一面炸至金黄色后,用筷子在中间扎一个洞,翻过身再炸另一面。两面都炸至金黄色即可捞起。刚出油锅的灯盏糕,金黄色诱人,令人食欲顿开,品之唇齿留香。

在温州市区解放北路,还有一家大王灯盏糕和扁头灯盏糕齐名。“扁头”和“大王”温州灯盏糕双雄,争霸在市区解北,为这条热闹消遣的古城商业街“添烟火,聚人气”。



5

早餐特想吃的糯米饭

在温州人的早餐食谱中,糯米饭、面条、馒头、油条、清粥小菜最具代表性。糯米饭也名炒饭,是温州人的早餐优选,也是外地人来温很想品味的早餐。由蒸熟的糯米,上面撒上油条碎末或油条块和肉末汤组合而成(甜味做法是把肉末换成白糖)。充满嚼劲的松白糯米,爽脆可口的油条碎末,或鲜适中的肉碎儿汤。开吃入口,满口咸香。温州糯米饭有咸甜两种,咸饭、甜饭分别搭配咸豆浆、甜豆腐脑。

温州糯米饭名声不小,曾上过央视美食节目。《早餐中国》第九集曾经把目光聚焦到温州,向全国观众推介温州人早餐白月光——温州糯米饭。作为钟爱早餐,糯米饭早已成为温州人的味觉记忆。

在温州,温州糯米饭品牌众多,其中三姐妹糯米饭最响亮。还有九山饭团、兰香糯米饭等。除了一些登堂入室的品牌糯米饭,街头巷尾的早餐点的糯米饭身影更是无处不在。它们以接地气的方式,存在于市井街巷,服务寻常百姓,成为温州人的“灵魂早餐”。



10

人称夜宵小当家的锅贴

锅贴是中国著名传统小吃,属于煎烙煮馅类食品,制作精巧,味道可口。除温州,锅贴全国各地也有,只是各地形状稍有不同。

温州锅贴色泽金黄,面皮软韧,鲜美溢口。在笔者记忆中,温州市区东门涨桥头锅贴、五马街锅贴、南门头锅贴都颇具名气,这些以城区地名命名的锅贴小店,近在咫尺,人见人爱。可见温州锅贴深入人心,活在民间。

五马老锅贴店,记者曾是它的常客。最初见它开在温州新城,后来南塘街的店更具规模。新城五马老锅贴店比较纯粹,主要以做坐堂加外卖为主。南塘街五马老锅店经营产品已经扩展,除经营主食锅贴,还有各类小炒,妥妥的一家小型温州炒菜店。马鞍山公园边上的“阿凤锅贴”也是老字号,其皮薄肉嫩不油腻,令市民百吃不厌。

说起锅贴,老是听两位好友说起年轻时的“一斤锅贴+两瓶啤酒”的故事。这个故事发生在20世纪80年代的温州,那时候晚上约几位朋友吃夜宵锅贴是时兴而流行的消遣。某个夜晚,两位朋友宵夜地址选择在市区信河街的广场上,依稀可见的场景是在广场台阶上,两人各持一瓶双鹿干啤酒,下酒菜就是当时走红的热门小吃温州锅贴。每人一瓶啤酒已经微醉,唯一的配酒菜锅贴至今印象深刻,是时广场上微风吹起,酒不醉人人自醉。“锅贴+啤酒”成为一代人友谊的见证,成长的记忆。还得说一下,现在这两人酒量早就今非昔比,比当时的一瓶不知翻了多少倍。