

上个月,泉州入选联合国教科文组织“世界美食之都”。至此,中国已有7座城市登上这一名单。从海港泉州到川味成都,从顺德与潮州的岭南风味到澳门的多元混合——它们共同组成了一张中国的味觉地图。今天,我们就一起去寻找几种味道背后的故事。

▶ 顺德桑拿鱼

旅游



## 广东·顺德 清中见鲜,鲜中藏工

中国有句话“食在广州,厨出凤城”。凤城,就是顺德。位于珠江三角洲腹地的小城,水脉如织,稻田丰饶,鱼塘密布。顺德人把农业文明的细致与商旅往来的开放,统统锻造成火候与刀工——粤菜里“鲜、清、嫩、滑”的最高标准,都能在这里找到源头。

鱼,是顺德的灵魂。捕捞、开膛、处理、上桌,必须在最短时间内完成,毕竟“鱼越晚下锅,鲜味越走失”。

吃法最极致的,是鱼生。一尾活鱼,瞬间起肉,鱼片薄得透光。最传统的吃法只用盐和油让鱼肉本身的清甜成为主角,上桌前还有个仪式“捞起”,寓意风生水起、万事兴旺。

另一种吃鱼方式,是被称为“桑拿鱼”的蒸法:鸡汤作底,时蔬托起鱼片,利用蒸汽在最短时间内把鲜味锁住。鱼肉嫩到仿佛入口即化,蘸料即食,满足老饕们对鱼这种食材的所有幻想。

鱼也是汤——一锅“靚汤”常从鱼头开始,家常做汤,还会先将鱼头入锅煎一下,封住香气,鱼头的鲜味随着预先铺垫的药材香气一同慢炖,鲜得厚重。

米,是顺德的温柔。当地人的早晨也往往从一碗生滚粥开始。不同于“先煮材料再柴火熬粥”的方式,顺德人喜欢将粥滚开的一刻,把切得薄如蝉翼的食材放进去,鱼片、牛肉,在沸腾的粥水里与米香相拥,柔软而鲜美。

顺德人可以不用奢侈,但不能不好好吃饭。因为他们相信,好食材不需要被修饰,只需要被尊重。



▲ 潮汕牛肉火锅

## 广东·潮州 “省尾国角”的海上美食文明

潮州与顺德都是“以鲜为尊”,但潮州选择了另一种“极端”:不加工、不修饰,尽可能呈现食材原味。

潮州因相对独立的地理区位,被当地人自嘲为“省尾国角”,交通曾长期受山海阻隔,也因此形成了与广东广府人、客家人风格迥异的文化系统。所谓潮州菜,就是古潮州府发展起来的风味饮食,盛行于今天的潮州、汕头、揭阳三座城市。

潮州菜是极具特色的海洋性菜系,食材以海鲜为主,并以海产品鲍翅等为至尊,追求“鲜活、原味、清淡”,主张“不鲜不食,非时不食”。为了呈现海味本真,烹饪方式极简,常以清蒸、白灼为主,并辅以百菜百碟的蘸料体系——味寡用鱼露,味腥用酱油。

潮州菜的江湖地位,是与粤菜分庭抗礼的自立门户。它一手握着市井的夜粥、鱼饭,一手端着“燕鲍翅参肚”此类高奢料理。2021年,潮州菜的烹饪技艺被认定为国家级非物质文化遗产。

潮州卤水、蚝烙等菜品,是潮汕味道的灵魂;而鱼露(虾油),则是贯穿潮菜体系的核心调味,影响甚至传播至泰国、越南,成为东南亚美食的重要基础。

## 澳门 饮食史就是一部“味觉航线图”

2017年10月31日,澳门成为中国第三座获评“世界美食之都”的城市。如果你问凭什么?我只能说答案藏在味道里。

澳门的饮食史是一部“味觉航线图”。16世纪,葡萄牙商船抵达澳门,西方的烹饪方式、乳制品、香料随之进入这片土地。但远离故乡的厨师发现:葡萄牙食材难以获得,于是开始寻找本地替代品——没鲜牛奶,就用椰浆;没葡萄牙香肠,就用中国腊肠;烤鸡加入来自非洲与东南亚的香辛料。就这样,一种世界上独一无二的菜系诞生了:葡式澳菜。它既不是完全的葡式料理,也不是纯粹的中餐,而是葡式精髓、粤式手艺、印度与东南亚香料的交融。

走进澳门巷子,味道是最好的向导。早餐摊上水蟹粥鲜香四溢,青蟹的海味渗透进米粒,是澳门人一天的开始;茶餐厅里,猪扒包热气腾腾;糕点铺里,葡式蛋挞的酥皮层层起酥。

如果说街巷是澳门的烟火日常,星级餐厅则是它的另一面。马介休(盐腌鳕鱼)在这里有数十种变化:油炸成丸,与土豆丝炒制,或做成焗菜;非洲鸡用椰浆与辣椒烘烤,辛香浓烈;咖喱炒蟹以东南亚香料与葡式手法融合,浓稠酱汁能让人多吃两碗饭。

澳门的味道是世界航路的缩影,而其厉害之处在于:融合,但不丢根。

# 世界美食之都

# 凭什么它们是它们

## 福建·泉州

### 海的鲜、陆的糯、世界的混血

10月31日,泉州入选“世界美食之都”。早在宋元时期,泉州就是全球最繁华的港口之一,被外商称为“光明之城”。

泉州的“鲜”,从一天的第一口开始。没有什么比一碗面线糊更能代表这座城市。细如发丝的面线,融进浓稠的猪骨或海鲜高汤,与番薯粉芡融合,入口既软糯又顺滑。再随手撒上蚵仔、卤大肠、排骨,撒胡椒与葱花,海风吹来,连空气都变得鲜甜。面线糊旁边必配一块酥脆油条,或来几块泉州人最骄傲的醋肉——猪瘦肉以永春老醋腌制,外酥里嫩,醋香回甜。永春醋是宋代遗风,位列四大名醋,却一直低调留在闽南,它把炸物的油腻化成了清爽。

泉州也是南方隐秘的“面食大本营”。北方土族南迁,把小麦和吃面的习惯带到闽地;海上丝路,又让更多异域味道涌入泉州。比如遍布街巷的泉州牛排,以牛肋排配姜、八角、中草药再与南洋咖喱炖煮的“闽南牛排”,既有咖喱的异域香料,也有红烧的中国式底味……2016年,泉州小吃制作技艺(牛肉食品),就已被列入泉州市市级非物质文化遗产之一。

泉州的美食从不端着,它既不讲仪式,也不追求精致。姜母鸭用老姜炖番鸭,姜香渗透鸭肉每一寸纹理,像冬天里最热的一碗慰藉。许多人“望而生畏”的土笋冻,晶莹剔透的冻里藏着海蚯蚓,却鲜脆如笋、弹润似果冻,一口下去,海味纯净直击味蕾。

泉州人说:这座城市的味道,是“海的鲜、陆的糯、世界的混血”。千年前它从海上向世界打开;今天它又因味道让世界重新认识泉州。



▲ 别具泉州风味的牛排

## 四川·成都

### 麻辣之外有一百种味道

在中国内陆,也有一座城市用另一种方式体现着“世界味道”——以烟火与辣征服全世界,这就是成都。2010年2月,成都成为亚洲首个被联合国教科文组织授予“世界美食之都”的城市;2021年,川菜入选第五批国家级非物质文化遗产代表性项目名录。

成都位于天府之国腹地,平原、丘陵、川西高原在此交汇,海拔与气候塑造了一个富饶的食材库。

水上丰饶,意味着生活“无需紧绷”。在成都,美食不是被供奉的“文化符号”,而是每天吃、随便吃、想吃就吃的日常。而最能体现这种松弛的城市性格的,就是火锅。

成都火锅跟它的城市气质一样:包容、从容。清油吸附花椒与麻椒的香气,涮起来麻香爽利、不厚重。毛肚、鹅肠、酥肉……只要能插签、能涮,那就是成都人的朋友。串串更随性,竹签成山,结账按斤,吃的是自在。

但“美食之都”之所以是成都,真正的底蕴是川菜的“一菜一格,百菜百味”。味型多达30余种,从家常味、鱼香味,到糊辣味,每一种都能在味觉里开花。烹饪技法更是细腻精巧,小炒、干煸、焗、炆……火候见功力,味型显底蕴。辣不压味,味味皆精妙。

成都的夜,也永远热气腾腾。兔头、肥肠面、夫妻肺片、钵钵鸡、凉粉……苍蝇馆子更是味觉的宝藏。成都人从不放过任何一种食材的“全部可能”:兔头细细吮吸、脑花嫩滑入口、肥肠卤得酥烂……在成都,连食物都活得自由。

少不入川,老不出蜀。来一次就知道,这句话不是夸张,是结论。



▲ 四川麻辣牛油火锅



▼ 澳门葡式蛋挞