



慵懒绵长的“秋老虎”渐渐散去,“大雪”时节的寒意终于在不经意间爬上了树梢头。自古道:春生夏长秋收冬藏。在南方阴柔的冬季里,正是享受美食的好季节。

经过春夏的沉淀,地处珠江三角洲西南部的珠海迎来了“蟹肥菊黄”的大好时节,活跃于池塘田间的不少物种日渐肥美。难寻的重壳蟹、禾虫、藤鳢,唯在这个时节最能挑逗味蕾;看似普通的本地莲藕、粉葛,却也暗藏独特风味。每道风味,都写满珠海独特的味道;能与这些美食相遇,何尝不是秋冬季的一次“小确幸”呢?

采写:本报记者 卢展晴
手绘:本报记者 钟 凡

秋冬季的「小确幸」

离不开蟹肥与藕香



藤鳢

炒藤鳢:一片姜一片鳢 别有一番风味

除重壳蟹、禾虫外,藤鳢也是珠海独有的一种食材。

藤鳢是鳗鱼的一种,属于纯野生物种,生长在咸淡水交界处,是斗门乾务镇的著名土特产之一,其体型、花纹及颜色均类似老藤条,故称为藤鳢。因味道鲜美,营养价值高,所以成为筵席上的上等佳肴。

在有“珠海厨师之乡”之称的乾务镇,多家酒楼均可品尝到这道美味。

藤鳢体表很滑,且爱打卷,宰杀非常

讲究技巧,乾务人会把鳢鱼放置在木板上,用钉子固定,小刀快速开腹起骨,藤鳢片即刻备好。炒藤鳢看上去做法简单,却很考验厨师的手艺。最重要的是火候要掌握好,配料选择子姜才妙。经爆炒后,姜味与藤鳢的鲜味混为一体,将姜片与藤鳢片一同送入口中,别有一番风味!

推荐:乾务胜记酒楼、斗门金泰福酒楼等。

白藤湖莲藕:“无情”闻天下 有情吃四方

白藤湖莲藕一直名声在外,出名的原因不在于藕断丝不连,又称“无情藕”。

对于其他产地的莲藕,产于斗门白藤湖的莲藕肥硕、粉多、松化无渣,可以生吃,口味爽甜,在斗门最主要的几家海鲜酒楼里,“火腩焖莲藕”“田鸡焖莲藕”都是长期以来的名吃。

关于白藤湖莲藕的特点成因,不少农业专家认为,关键在于品种,而在于白藤湖的水和泥土。白藤湖位于西江出海处,奔腾不息的西江,将上游及沿岸大量的有机物质带到湖区内,从而使湖内有机养分含量高,泥质肥沃。

经历了春夏两季的沉淀,白藤湖莲藕到了秋天收获,最为肥美。俗话说,荷莲一身宝,秋藕最补人。虽然一年四季均有出售,但是以秋季出产的白藤湖莲藕最好。

生吃可消痰凉血,清热止渴;熟食煲、焖、炒皆可,可健胃,养血生肌,绝对是滋补佳品。

推荐:斗门益利酒楼、裕满人家酒楼、顺业名湖酒楼等。



白藤湖莲藕



横山粉葛

横山粉葛:无渣汤白 有“工郁散火”功效

在珠海,秋冬不容错过的素食,还有横山粉葛。

横山粉葛是斗门区横山村的产品,以松化、无渣,有清香味,其汤如奶水而著称。

横山粉葛通常在秋、冬两季采挖。深厚、肥沃、疏松的夹沙土出产的粉葛最佳,而莲洲恰好具备这一条件。

在莲洲,粉葛主要用白灼烹调,有厚切和薄切两种切法。厚切粉口,薄切爽口。本地人还有一种独特吃法,将薄切粉葛佐以当地黄沙蚬熬煮的汤汁,两者配搭不仅能

吃出粉葛的爽脆口感,还能带上黄沙蚬的鲜甜,是一道不容错过的佳品。

横山粉葛可用来煲糖水、煲猪肉汤及制成糖葛等,当地人还常用它煲凉汤,或配猪手焖。而粉葛扣肉,更是入口松化,甘香浓郁,别有风味,深受人们的喜爱。

在保健上,横山粉葛可生津止渴、消暑退热,有“工郁散火”之功效,是一道既美味又有保健功效的风物美食。

推荐:莲洲平丰酒楼、莲洲壹壹发酒楼等。



重壳蟹

重壳蟹:百里挑一 蟹中极品

一径秋风起,蟹香满苇塘。每年农历八月至九月,珠海西部的咸淡水水域,会出现一种独特的海鲜,那便是斗门乾务盛产的重壳蟹。

乾务地处珠江三大出海口交汇处,流动的咸淡水灌溉田塘。有着纯天然地理优势,乾务青蟹便有了最接近原生态的生长环境。配合精细的养殖方式,每年中秋前后,青蟹变身的重壳蟹,总会引来珠三角及港澳台食客的垂青。

顾名思义,重壳蟹即是两层壳的青蟹,硬壳未去,内里却长成半透明的棕色膜状软壳,这时的青蟹正是最肥美的时候。

重壳蟹备受追捧,很大一部分因素在于它百里挑一。斗门乾务养蟹人深知,百斤青蟹方能选出1斤重壳蟹,因此

更为珍贵。

重壳蟹养殖繁琐,要求最原生态的生存环境和食材。相比繁琐的养殖方式,重壳蟹的烹饪,却讲究至简。最地道的煮法便是清蒸。活跃的蒸汽,使重壳蟹独有的鲜味最大限度地被激发出来。

伴着溢出的蛋白和蟹汁,由青变红的重壳蟹就此出炉。将硬壳掀起,轻轻撕开脆嫩的重壳。软壳之下,金黄香滑的丰腴脂膏随着指端按压缓缓流下。一口咬下去,从弹脆的重皮咬到香糯的蟹膏,再到嫩滑的蟹肉,那层层展开的丰富口感相互映衬,多重口感瞬间得以满足!这种味觉上的甘香与触觉上的丰美结合的多重享受,唯蟹中极品方能呈献。

推荐:乾务光记酒楼、乾务胜记酒楼等。

禾虫:一吃便让人回味无穷

提起与重壳蟹同样珍贵的食材,不得不提禾虫。

禾虫,又叫疣吻沙蚕,虫身丰腴,行动缓慢,一般分布于各地咸淡水交界处的稻田表土层里,繁殖时才出泥面。以禾、植物为食,身长3—4厘米,通体粉红色,有时又变成乳黄色或绿色。光看外形,禾虫不禁让人害怕,可它含有丰富的蛋白质和维生素,是一道试过便上瘾的美味。

在斗门,莲洲镇粉洲村和斗门镇上洲村是珠海主要的禾虫产地。这两个地方均处于西江出海口附近,咸淡水交汇处的环境保护完好,历来盛产禾虫。每年上半年立夏至小满,下半年寒露至霜降的节令之间,农历初一或十五潮涨之时,禾虫便爱钻出泥面,这时农民开始用网具装捕,禾虫便成为餐桌上的美味佳肴。

禾虫对生长环境要求非常苛刻,必须是咸淡水交汇处的滩涂、水田,有轻微污染或喷洒过农药的地方都不能生存。要说禾虫最肥美时,本地食客总会惦记着每年农历九月初一,正

是禾虫出水的好时节,斗门当地还会举办禾虫节,不少食客为之欢呼雀跃。

装禾虫是一件“见不得光”的事,禾虫只有在黑暗的环境下才会钻出,因此装禾虫必须在夜里进行,而且还要配合潮涨潮退的水文状况才能作业,真是“谁知盘中虫,条条皆辛苦”。

禾虫在珠三角一向被视为盘中佳肴,其做法有煎、煮、蒸、炖等。其中以瓦钵焗禾虫最显风味。而禾虫蒸蛋、酥炸禾虫、禾虫汤等也都滋味十足,令人回味无穷。

推荐:可参加莲洲禾虫文化节了解禾虫饮食文化,也可到斗门白蕉、莲洲等餐馆品尝。



禾虫