

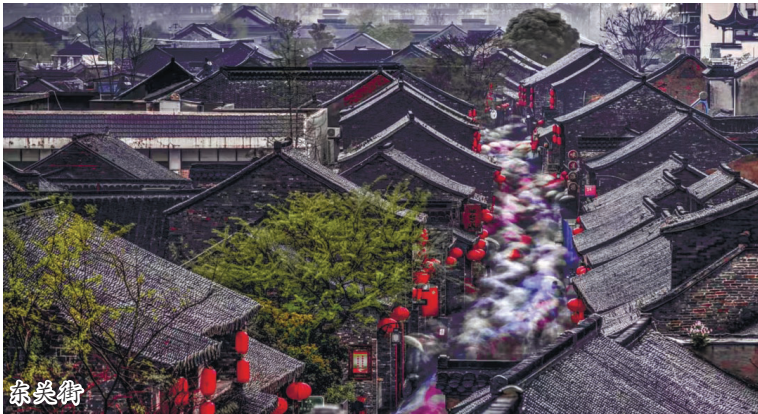


品一席佳肴

将江淮的人文“端”上餐桌



扬州早茶



东关街

江苏的菜肴,最知名的莫过于淮扬菜。它是中国传统四大菜系之一,更因口味咸甜浓淡适中,南北皆宜,被选为“开国第一宴”基准菜系。

一席淮扬菜,半部运河史。若将淮扬文化比作一本蕴含丰富的古籍,那么美食便是其中滋味最浓郁的一章。淮扬菜始于春秋,兴于隋唐,盛于明清,其诞生与成长,几乎与大运河的兴衰同步。来江苏,品一席淮扬菜,也是把运河的历史、江淮的人文,一并端上了餐桌。

一南一北, 撞出“淮”“扬”二味

“淮扬”二字,本就是两条水系的合称。淮安扼运河漕运咽喉,民风务实厚重,厨艺重功底、擅河鲜烹制,是为“淮派”;扬州地处长江与运河交汇处,文人雅士云集,菜品更趋精细婉约,是为“扬派”。扬派侧重长江水产与精细刀工,淮派侧重淮河水产与精准火工,一江一河,一南一北,共同构成了淮扬菜的完整版图。有意思的是,2019年扬州获批“世界美食之都”,2021年淮安紧随其后入选,两座城市以美食为名片,在世界舞台上并肩而立。

淮扬菜的精髓,可以用四个字概括:和、精、清、新。“和”指兼容南北风味,五味调和;“精”体现选料之精与刀工火候之讲究;“清”强调原汁原味,不尚浓烈;“新”注重时令创新,四季有别。

而要真正理解这四字,最好的入口便是一顿早茶。清晨的扬州茶社里,一壶魁龙珠,一碟烫干丝,拉开了淮扬菜的序幕。干丝切得细如发丝,淋上虾籽酱油,清爽中藏着刀工的极致。随后上来的,有三丁包的鲜香,千层油糕的绵软,翡翠烧卖的碧绿透亮,一顿早茶吃完,淮扬菜“精工细作、清新平和”的性格已跃然口中。

与扬州相邻的泰州早茶更具“江湖气”,一茶三点一面,鱼汤面用鲫鱼、鲢鱼骨、猪骨熬制数小时,汤色乳白如琼浆。扬州的精致与泰州的烟火,恰是淮扬菜雅俗共赏的两个侧面。

每一道淮扬名菜的背后,其实都有一段故事。软兜长鱼,选用鳝鱼最嫩的脊背肉,滑嫩如绸缎。1949年开国第一宴,原定头道热菜是“白袍虾仁”,但因从洪泽湖运往北京的大青虾

不再鲜活,临时改由软兜长鱼登场,它也因此登上“开国第一菜”。

文思豆腐,源于清乾隆年间扬州天宁寺的文思和尚,他用嫩豆腐、金针菜、木耳制成一道素羹,滋味异常鲜美,后人效其法,以豆腐丝细如发丝的绝技延续至今。

狮子头来源于隋炀帝游扬州后,命御厨以葵花岗等四景为题制菜,其中“葵花斩肉”逐渐演变为狮子头,到了清代,蟹粉狮子头已是淮扬秋日的时令名饌。

京苏大菜, 六朝古都的宏大气派

淮扬菜是江苏味道的底色,却远非全部。南京的京苏大菜,源于本帮菜,又称金陵菜,“京”指南京作为六朝古都、十朝都会的京都历史,“苏”代表其江苏省会的地位,“大菜”则体现的是菜品精致大气的特质。

京苏大菜的代表名菜,每一道都带着金陵的文人气韵,炖生敲便是其中翘楚,有诗云“若论香酥醇厚味,金陵独擅炖生敲”。做法是将鳝鱼活杀去骨,用木棒敲击肉质使其松软,先炸后炖,成品软烂酥香,入口即化。

金陵叉烤鸭则体现了“大菜”的气派,历史可追溯至南朝,清代《调鼎集》将其列为金陵经典菜。特点是皮脆肉嫩,当场亮叉、退叉、片皮,气氛隆重,与叉烧乳猪、叉烧桂鱼合称“金陵三叉”。

瓢儿鸽蛋更是精细明艳之代表——以虾仁斩蓉填满汤勺,嵌上半枚鸽蛋,再用发菜勾勒出兰草图案,蒸后出锅,雪白粉嫩间尽显风雅。

水乡甜糯, 一年四季卖时新

江南水乡,则是甜糯的苏锡菜的主场。其烹饪技艺可追溯至2500多年前的春秋战国时期。据《吴越春秋》记载,当时吴地的烹调已有很高造诣。苏锡菜常用酒糟调味,擅长各类水产,口味偏甜偏清淡,讲究“一年四季卖时新”。

苏锡菜的代表菜品中,松鼠鳜鱼是绝佳的典范。选用鲜活鳜鱼,油炸后浇上糖醋卤汁,形如松鼠,外酥里嫩,酸甜适口。无锡酱排骨则是无锡菜肴基本风味的代表,咸中带甜,肉质酥烂脱骨。母油船鸭源于苏州山塘的

船菜传统,选用太湖锦鸭,酥烂入味,是太湖菜中最著名的传统名菜。此外,碧螺虾仁、响油鳝糊、太湖三白、叫花鸡,皆是苏南餐桌上的时令佳味。

享用完美食,不妨逛逛苏州拙政园,感受江南古典园林的巅峰之作,再去平江路和山塘街漫步。如果身无锡,则必去鼋头渚,太湖畔的山水胜境,乘船登仙岛看烟波浩渺。

徐海佳肴, 尽显楚汉雄风的厚重

徐海菜起源于秦汉时期,是自徐州向东沿陇海铁路至连云港一带的地方传统风味菜,因连云港古称海州,故称“徐海”。这里的饮食文化受北方影响最大,同时也吸取了南方餐饮的基因,肉食五畜俱用,水产以海味取胜,菜品注重咸鲜,可算是江苏省内的“清淡版北方菜”。

徐海菜最负盛名的当属羊方藏鱼,将鱼置于割开的大块羊肉中同烹,融合羊肉的酥烂与鱼肉的鲜嫩,被尊为中国古典第一名菜。霸王别姬以甲鱼与母鸡同炖,汤色乳白,菜名取自项羽与虞姬的千古悲歌,尽显楚汉雄风。地锅鸡则是徐州最具烟火气的代表,鸡肉炖至酥烂,锅边贴一圈面饼,饼借菜味、菜借饼香,一锅端上桌,豪迈而实在。此外,灌云豆丹、东海老公鸡、花果山风鹅等连云港特色菜,皆是徐海风味的经典之作。

宝藏小城:“有一种生活叫延吉”

“有一种生活叫延吉”持续出圈,核心密码是什么?

近年来,延吉紧紧守住朝鲜族民俗文化,将其转化为可看、可体验、可沉浸的生活场景。中国朝鲜族民俗园里,青瓦白墙、长鼓象帽、粉衣罗裙,游客换上朝鲜族服饰,化身为“朝鲜族公主”,在传统院落中完成一次角色代入与文化体验。延吉还融合非遗演出、滨水休闲、潮流市集、冰雪赛事、电竞文旅等多元业态,打破旅游季节性局限,春日民俗寻根、夏日烟火市集、秋时美食狂欢、冬日冰雪狂欢,四季皆有好玩可感的沉浸式场景。

数据印证了这一判断。2025年,

宁镇扬园·博寻秋之旅

Day1

上午抵达南京后直奔号称“金陵第一园”的瞻园,开启这场“园博寻秋之旅”。中午出园左转即达老门东,来一碗热腾腾的鸭血粉丝汤和鸭油酥烧饼。下午可以先去六朝博物馆,随后步行至江宁织造博物馆,这里是在江宁织造旧址上建起来的,设有云锦天衣展厅与红楼梦曲展厅。傍晚可以去夫子庙坐画舫赏秦淮夜景,品尝秦淮小吃。

Day2

上午的时间交给南京博物院,作为中国三大博物馆之一,历史馆的六朝文物与民国馆的沉浸式街景不容错过。下午奔赴位于长江之畔的南京绿博园,秋季荷兰园内数万株向日葵已进入盛花期,连片的金菊花海蔚为壮观。晚上如果时间宽裕的话,沿着南京的滨江岸线走一走逛一逛,感受这座时尚都市的热情与奔放,与秦淮夜景截然不同。

Day3

早上乘高铁前往镇江,不到半个小时即可到达。国家一级博物馆镇江博物馆就在西津渡古街旁,馆舍本身是1864年建的英国领事馆旧址,梦溪园沈括纪念室属于镇江博物馆的分馆,是北宋科学家沈括写《梦溪笔谈》的地方。中午在街边小馆觅食,锅盖面、水晶肴肉都是不错的选择。下午不妨前往焦山景区,这里三分之一绿地种植桂花,总数超3000株,金秋时节香气弥漫整个景区。晚上可以回到西津渡逛吃逛吃,好不惬意!

Day4

乘高铁前往扬州。扬州个园以竹石著称,秋日竹影婆娑,四季假山中的秋山以黄山石叠成,秋意浓时游览最为应景。下午去何园,这座“晚清第一园”以1500米复道回廊和片石山房著称,走在其中如在画中游。晚上可以逛逛东关街,走累了修个脚,扬州的“三把刀”可是名不虚传哦!

Day5

一餐扬州早茶之后,行程的最后一天,可以把时间全部交给中国大运河博物馆,这是国内首座以大运河全流域为主题的国家级专题博物馆,被誉为“读懂千年运河的第一站”。晚上来一顿正宗的淮扬菜收尾吧,最后再去皮市街或彩衣街买些扬州酱菜和牛皮糖作为伴手礼。

马祚波

(摘自《扬子晚报》/紫牛新闻)

