



“侨”见乡味

美食系列报道

肉骨茶与海南鸡饭的百年流传

从闽琼南渡，自南洋归来：

下南洋：乡愁是最初的秘方

19 世纪末至 20 世纪初，大批沿海地区的先民顺着季风顺南下。在“下南洋”的浪潮中，来自福建和海南两省的人数众多。他们带走的不仅是行囊，还有味觉的记忆。

肉骨茶的雏形，据马来西亚作家林金城的考证，源于福建泉州、厦门一带“边吃肉骨边喝茶”的食俗。初到南洋的乡亲多在巴生河谷、新加坡码头从事锡矿开采、搬运等重体力劳作，湿热气候让许多人湿困疲惫。远渡重洋的乡亲为了调理身体，将当归、枸杞、党参等中药材用来熬煮，因忌讳“药”字而称其为“茶”，后又尝试把猪骨放入茶汤同煮，既美味果腹，又祛湿健体。

“肉骨茶”之名的由来，流传较广的版本与福建永春籍李文地有关。他在吉隆坡附近的巴生港经营第一个药炖肉骨摊位，闽南语中(Teh)就是“茶”，加上福建原乡吃肉配茶的传统，久而久之，演变为“肉骨茶”，坊间李文地也被称作“肉骨茶之父”。

海南鸡饭的南渡路径同样清晰。它起源于海南文昌鸡与鸡饭的组合——海南人素有“无鸡不成席”的习惯，逢年过节以鸡油、鸡汤与米饭同煮，捏成饭团祭祖，祭后配白切鸡同食，寓意团圆美满。自清代起，海南一带的居民便保留此食俗，下南洋浪潮中，这一习俗



海南鸡饭



肉骨茶

随海南移民漂向马来半岛。1930 年代，文昌人王义元赴新加坡，沿街挑担叫卖白斩鸡与鸡饭，被视为当地第一位海南鸡饭业者；其后，王义元的助手、海南籍厨师莫履瑞于 1958 年创办“瑞记”，生意火爆，将这道街头小吃进一步发扬光大。

在南洋：家乡味被重新定义

先民初下南洋时，食物，是他们对故土最深的牵挂与坚守。但南洋的气候、物产与族群互动，让这些家乡味不可能原封不动地被复制。

肉骨茶在马来半岛演变为两种主流风味：马来西亚流行的多为黑汤版本：以中药材、香料和老抽烹制，色泽深沉、药膳味浓；新加坡流行将老抽换成白胡椒，并调整中药比例，熬出汤色清浅、胡椒味香浓的版本。

海南鸡饭的演变则更具融合性。新加坡海南鸡饭虽做法源自海南岛的文昌，但有了新方法：以鸡高汤、姜和香兰叶烹煮出香气四溢的米饭，配上嫩滑的鸡肉，再搭辣椒酱、姜酱，形成南洋的风味。新加坡大发展后，繁荣的经济与发达的旅游，更让这道街头美食名扬海外。

这是一场双向奔赴：游子把家乡味带出国门，又在南洋的多元文化环境中将其



集美喜社肉骨茶



厦门会记虾面肉骨茶



厦门岩珍茶饭

“侨”见乡味美食系列报道之十

“重新定义”。正如学者研究所指出的，中国与东南亚饮食文化呈现出“传播—生成”的双向性：故土的味道在南洋落地、演化、定型，最终反过来回流到中国，传播到世界。



厦门仟喜南洋新加坡肉骨茶

归来的滋味：从南洋回到厦门

故事的最后一幕，是回流。

20 世纪 50 年代起，福建累计安置了来自印尼、越南、新加坡、马来西亚等国的归侨，全省共有华侨农场 17 个，数量和占地面积均在全国位列前茅。返乡华侨将许多南洋饮食习俗带回，构成福建近代饮食的新元素。

在这一波“南洋风味回流”过程中，肉骨茶与海南鸡饭也循着相似的路径来到厦门。厦门作为著名侨乡和早年下南洋的重要出发港，自然成为南洋风味回传的重要节点。

两道美食，跨越山海。今天，在厦门的街头巷尾，肉骨茶与海南鸡饭不再是“异域美食”，而是侨乡日常的一部分。它们既满足了市民、游客对南洋风味的向往，也安抚了归侨侨眷的味蕾与乡愁。



集美喜来登食光南洋餐厅

商业贸易，人员往来，南洋滋味重新滋养故土。肉骨茶与海南鸡饭的百年流转中，华侨华人是传播者，是再造者，也是传承者，百年时间，画出了一个完整的圆。（文 / 摄影：林硕 综合参考资料来源：中国日报、中新社、福建日报、《新加坡文化概论》等）