

## 潮汕砂锅粥

潮汕人喜好吃粥,称粥为“糜”,早餐最常吃的是白糜,又将夜宵称为夜糜。而潮汕砂锅粥不仅仅是简单的一款白糜,还加入虾、蟹等海鲜或者肉菜类,做成各式各样的香糜。

在砂锅粥店老板石叔看来,好的砂锅粥需要生米、猛火、配料鲜。熬粥时

要不停地搅拌,防止米粒黏锅跟溢锅,待粥熬得差不多时,倒入处理好的生鲜配料熬煮,最后加入辅料提鲜。

一锅潮汕砂锅粥,背后是浓浓的乡情。从香港回乡投资创业的陈炳德表示,在冬天,与亲朋好友围坐在一起吃热乎乎的砂锅粥,既暖胃又暖心。



## 猪头粽

在汕头澄海,很多海外侨胞回乡探亲访友时,都会捎一袋香喷喷的猪头粽。

“早期猪头粽以竹壳竹叶包裹,所以称为粽。当时汕头澄海的华侨回乡探亲,都要订一大块猪头粽,撒上白糖防腐,带上红头船漂洋过海。”提起猪头粽,马来西亚归侨陈爱茹津津乐道,“现在吃起来,还是儿时的味道。”

猪头粽的制作工艺十

分繁复。据老字号猪头粽店老板黄伯介绍,原料必须选用新鲜猪肉以及部分猪头皮,肥瘦搭配适当,加上鱼露、酱油、川椒、丁香、桂皮、八角、肉桂等二十多种香料。做好的猪头粽切开后呈棕褐色,表面油润而有光泽,令人食指大动。

如今,猪头粽的制作方法已经传承百年。随着岁月的沉淀,成为海内外潮汕人味觉中亲切的印记。



## 鱼丸

在潮汕话里,“鱼”与“余”同音,“丸”同“圆”谐音,象征年年有余,合家团圆。在广东、福建沿海一带,还有“没有鱼丸,不成宴席”的说法。

根据不同季节鱼的肥瘦,鱼丸的选料也有着不同的搭配、取舍。做好的鱼丸皮厚薄适

中,外表颜色洁白,鱼肉细腻,口感劲道有弹性,其馅料紧实饱满,滋味鲜美浓厚。

缅甸华侨张家盛表示,鱼丸是家乡特有美食。小时候只有办喜事才能吃上,现在吃起鱼丸,儿时盼望的心情依旧会涌上心头。



## 舌尖上的乡愁:

# 海外游子记忆中的家乡味道

□ 刘立琨

“离乡背井去过番,无可奈何春甜粿……”家乡美食寄托了海外游子的思乡之情。许多人回乡探亲时,最惦记的就是记忆中的家乡味道。

在中国沿海地区,许多侨乡都是美食之乡。在“下南

洋”的过程中,这些美食也被侨胞带到东南亚地区,与当地文化融合之后,形成了独具特色的华人美食。

春节将至,阖家团圆的时刻又要到了。本期我们一起走近这些美食,体会华侨华人“下南洋”时“舌尖上的乡愁”。

## 甜粿

“漂洋过海去南洋,离乡背井去过番。无可奈何春甜粿……”当年潮汕人移居海外创业,在船上必备的充饥食品之一就是甜粿。

“旧时每逢蒸甜粿,都整夜不睡觉,每一两个小时往蒸笼加水,不停蒸上24小时,才能做出美味的

甜粿。”回忆儿时故事,归侨纪秀田十分怀念。

甜粿可以冷食,也可以热食。冷食用纱线牵拉切成小片即可食用,热食沾蛋液煎至金黄色,吃起来香酥可口。如今逢年过节,潮汕人仍会做粿,不仅自己吃,也用于祈福、馈赠亲友。



## 炒粿条

马来西亚的檳城炒粿条是潮汕人的小吃,也是檳城的代表美食之一。炒粿条以酱油、黑酱油、蚝油为主要酱料,嗜辣者还可

以配上森巴辣椒酱,使炒粿条的味道在咸甜中带点辣味。另外,炒粿条的佐料主要是虾仁、鸡蛋、腊肠、绿豆芽、鱼饼和韭菜这几种。

## 海南鸡饭

鲜嫩多汁的白斩鸡,搭配用鸡汤煮成的香米饭,饭粒溢出香兰叶与姜丝混合的清香,再蘸些黑酱油和特制的姜蓉辣椒酱。今天新加坡人的餐桌上,总少不了这道海南鸡饭。

海南鸡饭的前身是海南名菜文昌鸡。19世纪20年代初,海南人带着干货、布料、纸张、雨伞等小物件南下,做买卖的同时也为当地带来了美食。

资料显示,新加坡

最早贩卖海南鸡饭的人名叫王义元。初到新加坡时,他手提两个竹筐,在海南街一带叫卖白斩鸡。鸡饭团用香蕉叶包着,每包一分钱。据说他卖的鸡饭用鸡汤煮制,香滑可口,因此生意蒸蒸日上。

与当地美食文化融合后,今天的海南鸡饭诞生了。如今,海南鸡饭已经成为新加坡美食的代表之一,成为新加坡人餐桌上必不可少的美味。



## 娘惹糕点

娘惹糕点是娘惹甜食的典型代表,也是典型的华人与马来人的文化结晶。主要原料是用米

粉、面粉和椰奶一起去烹煮,煮好成糊之后再蒸糕。娘惹糕的丰富色彩是得自于热带水果,



像是椰子、芒果、香蕉、蜜瓜等的运用,或是采取天然香草与花卉,不同颜色的就标示着不同

种类的娘惹糕,目前常见的就有好几十种,非娘惹族裔的华人或马来人未必说得清楚。

## 叻沙

早年华人“下南洋”后,有不少人与当地土著通婚繁衍,在文化和语言上形成了融合,最终发展为“峇峇娘惹”族群。在今天的东南亚,许多知名美食都属于娘惹菜。

叻沙就是娘惹菜肴的代表之一。用叻沙叶与椰奶熬制浓香四溢的汤头,

加入粗米粉、虾、鱼饼、鸡肉丝、芽菜、黄瓜等食材,自制辣椒参岩酱放一旁,食客可以按照个人口味自行添加。

叻沙的特别之处在于,粗米粉被剪成一段一段。用汤匙一勺捞起,将叶香浓郁的叻沙送入口中,浓稠顺滑,让人欲罢不能。



## 福建面

在马来西亚,有两种不同的福建面。檳城福建面是汤面,以虾壳、虾头熬成的汤为底,面上会放去壳虾;吉隆坡福建面是干面,以黑酱油、猪油拌炒再缀上猪油渣。

据传,吉隆坡福建面最初由华裔王金莲创立。此人早年从福建到马来西亚讨生活,创立的面看起来黑碌碌的,有人就称其为黑面。后来王金莲想到自己是福建人,就将其命名为“福建面”。

如果王金莲把自创的面叫“金莲面”,更利于打出品牌;檳城福建面也可称“虾面”,特色更明显。然而,他们却不约而同地选择“福建面”这个名字,背后蕴藏的,其实是第一代移民的思乡情怀。

在异乡奔波,美食最能抚慰人心。吸一口热腾腾的香气,鼻腔里都是家乡的味道,海外游子的乡愁,就都在这一碗美食里了。



(中国新闻网、新加坡《联合早报》、马来西亚《星洲日报》等)