



## 鲅鱼饺子 跳上舌尖

鲜嫩的鲅鱼，搭配上柔软的面皮，一口咬下去，满是春天的味道。新鲜鲅鱼需选个头匀称、眼睛发黑透亮的，刀锋划开鱼腹时，鱼肉纹路清晰，肉质紧实，一眼就可以感受到春日的鲜。猪肉是鲅鱼饺子馅料的“灵魂伴侣”，剁成肉糜让它们充分混合，让鲅鱼的咸鲜与猪肉的醇厚在舌尖共舞。韭菜的加入更是能为这份肉馅增色不少，同时加入葱姜水等调料充分搅拌，等看到肉馅似乎Q弹抱团，便是极佳的状态了。

该为完美的馅料准备外衣了。面粉与水按比例调配，筷子又要登场，将面与水搅拌成絮状，它便迫不及待钻进你的手心，让你揉呀揉，不多时，光滑的面团就出现了。这时候别急，小面团需要半小时左右的时间去适应它新的形态。恰到好处的一面方能成就饺子皮的韧劲与柔滑。等它适应好了，揉搓、分切、擀开，一个个薄厚大小都均匀的面皮就整齐排列了。

包鲅鱼饺子的过程就像是手指间的舞蹈。一只手是薄厚均匀的面皮，一只手将适量的馅料安置面皮中央，捏紧之后，饺子的形状或似花瓣，或似元宝，都不影响其让人直流口水。

沸水下锅，锅中翻滚的开水让饺子的鲜味不断跃出，终于等到挡不住的鲜美煮熟，趁热盛上一盘，咬一口，汁水在口腔炸开，那是海洋馈赠的滋味，是春日的滋味，谁能拒绝这样一道美味。



## 鲅鱼丸子 QQ弹弹有功夫

闪着蓝光的鲅鱼往案板上一拍，内脏和鱼头都不要，清洗干净对半切开，这个时候就要和它进行亲密互动了——刀背轻轻敲打几下，给它松松骨，再翻个身，鱼骨和鱼刺就很轻松被撕下了。接下来的步骤勺子或者刀都是可以的。一下一下刮下鱼肉，刀背上阵，“哐哐哐”剁上些时候，看到鱼肉变成肉泥方能停止。余鲅鱼丸子自是少不了葱姜水，每次拌匀后再加入下一次。盐和胡椒粉也一起来，红薯粉混着蛋清往鱼茸里一拌，往一个方向搅打上劲，胶质渐渐泛出荧光，等你提起筷子鱼茸都抱紧筷子不放的时候，说明功夫下到了。

戴上手套，关键的一步开始了。取适量鱼茸于手中，虎口挤出鱼肉用勺子刮下。余丸子很讲究水温，40℃左右最佳。虎口挤出的玉珠子滑进锅里，眼瞅着丸子像云朵般浮起，撇去浮沫，撒一点香菜末，加些调料，清汤瞬间活了过来。舀一勺吹着热气喝，鱼丸在齿间轻轻一弹，鲜汁“滋”地溅开，顺着喉咙一路滑进胃里，暖到心里。汤勺一搅，满屋便漾开海味儿烟火气。

越来越多的新花样也都玩了起来：汤里加些别的调料，酸辣版鱼丸汤喝得鼻尖冒汗，甚是舒服；番茄熬成浓汁烩丸子，酸甜汤汁就着米饭，一不小心就多吃了两碗……

# 鲅鱼上岸 跳到舌尖

春季鲅鱼上岸，鱼肉结实，一口满足。鲅鱼到手，剩下的就看你的厨艺了。余鲅鱼丸子、熏鲅鱼、蒸鲅鱼，还有青岛人的本地吃法，蒜薹炖鲅鱼……哪一道是你的舌尖最爱？春日的餐桌上，怎能少了鲅鱼的身影？当海风裹挟着春意拂过胶东半岛，渔民们刚起网的鲅鱼正泛着蓝光。



## 熏鲅鱼 琥珀色的好滋味

青岛人熏鲅鱼很是讲究。半冻的鲅鱼下刀，切成大约1.5厘米厚的块，然后给鲅鱼泡个温水，在水里轻轻揉搓，内脏混着瘀血打着旋儿溜走——这可是腥气的“老巢”。沥干水的鱼片码进盆中，用葱姜和花椒压阵，白酒一浇，腥味当场蔫了三分。趁着腌鱼的工夫，灶上早支起了香料阵：花椒放入其中，八角掰碎爆香，桂皮香叶往锅里跳去。

料汁熬出琥珀色就很地道了。葱姜段在热油里翻出焦边，香料跟着“噼啪”炸香。关火那瞬，生抽混着白糖往锅里一泼，“吡啦”腾起甜咸交织的烟，添两勺清水慢熬，眼见着汤汁从寡淡熬成浓稠，五香粉的辛香裹着老抽的酱色，滤掉渣，料汁便成。

炸鱼最考验耐性。八成油温青烟直蹿，鱼块贴着锅边溜下去，油花“咕嘟咕嘟”吐着金泡泡。切记，不要急着用筷子去动，等鱼皮炸出硬壳，翻面时脆响听得人直流口水。炸到通体金黄捞起，热气还没散尽，琥珀色的料汁浇下去，“滋滋”声中汤汁顺着裂纹往鱼肉里钻。

鱼在料汁里泡个澡也很是不错，吸足了甜咸再上桌。凉透的熏鲅鱼又别有一番风味，外皮韧劲十足，里头鱼肉却嫩得能抿出汁，五香味缠着海鲜甜，吃一口烦恼尽消。



## 蒜薹炖鲅鱼 本地人的下酒菜

蒜薹炖鲅鱼是青岛本地的一种吃法，讲究的是“腥去鲜留”的功夫。拎条透亮的新鲜鲅鱼，三刀两刮去了红腮与内脏，斜刀片成厚片，蒜薹掐头去尾留脆生一段青，等到锅里滚水翻着花，鱼片下水打个滚儿就捞——别看只余十秒，海腥味其实已经顺着白沫溜走了。

铁锅烧得冒烟，花生油“滋啦”一声迎上五花肉，肥膘煸得焦黄卷边，油珠子蹦跳着裹住葱姜花椒，这时候把鲅鱼片往锅里一滑，料酒“吡”地腾起一团香云，再用生抽描描色、米醋点睛，等到豉香出来，便勾得人直咽口水。

滚烫的开水“哗”地冲进去，切记，要没过鱼身，撒盐，再加点自己喜欢的调料，大火烧开后，转小火听它“咕嘟咕嘟”，不要盖盖子，由着腥气追着热气逃走就好。

炖够15分钟，这时候蒜薹段往汤里一栽，焖3分钟，硬挺的茎秆吸饱了海鲜荤香，很是诱人。出锅前汤汁往鱼身上一浇，这谁还忍得住？

## 蒸鲅鱼 鲜嫩好滋味

蒸鲅鱼这道菜，真的能做到“借鲜消腥”了。拎条银鳞锃亮的新鲜鲅鱼，菜刀顺着脊背划开，鱼体如扇面展开，去除红鳃和内脏，清水冲得鱼肚子透亮。接下来，斜刀在鱼背划出月牙口，深浅要适当——既藏得住肉馅，又露得出雪白肌理。

腌鱼的功夫和手上力道很有关系。盐粒混着胡椒粉往鱼身上搓，料酒生抽浇上去，洋葱丝和姜片攥出汁子，在鱼身抹个通透。腌上15分钟，鱼肉就吸足了咸鲜。

肉馅是暗藏的“去腥提鲜帮手”。五花肉糜拌上蛋清摔打出黏性，葱花姜末混着蚝油十三香，搅得满盆生香。食指顶着肉馅往鱼背刀口里塞，鼓囊囊的实在是好玩。灶上水沸时，鱼卧盘中，顶着姜片葱段上锅，蒸汽围拢之下，鲜味顺着笼屉缝往外蹿，十分诱人。

掐着表蒸上十几分钟，揭盖时白雾裹着海味扑面。倒掉蒸鱼水，也就倒掉了腥气。淋一圈蒸鱼豉油，红椒丝丝丝往鱼身上一撒，滚油“滋啦”泼上去，激得辣椒丝蜷起来。筷子尖挑开鱼腹，雪白的蒜瓣肉裹着琥珀色肉馅，咸鲜里蹿出荤香，嫩到极致。肉馅替鱼肉挡了腥，蒸汽逼出了海鲜本味。