

## 清爽与爆裂 双重气质酸菜鱼

在四川雅安,去江上雇一艘小船,请船夫网几条鱼,现场宰杀,用江河水煮,放上船夫自己做的泡辣椒、泡姜,红红白白地煮上一锅,再放上几根当地的竹笋,这就是最地道也是最原始的“酸菜鱼”。

一碗酸菜鱼,雪白鱼肉大片铺展,嫩黄酸菜从丛簇拥,白萝卜脆豆芽静静打底,红辣椒、绿香菜、青花椒渐次点缀,光是在视觉的轰然冲击下,唾液就迅猛分泌。作为重庆江湖菜的开路先锋之一,酸菜鱼可谓独树一帜。一改毛血旺、辣子鸡、水煮鱼、泡椒牛蛙等大麻大辣直冲鼻尖的刺激劲儿,酸菜鱼中跃动的麻辣只是一页序章,以一股子清新的酸爽引人入胜。

酸菜鱼兼具清爽明丽与火爆浓烈的双重气质。入口先是微微的香、辣、麻、烫在舌尖上噼里啪啦跳跃,如密集的鼓点敲打着味蕾,叫醒倦怠不振的食欲,唤起饱餐一顿的激情。继而,十足的鲜味与醇厚的酸味相互交织缓缓而来,汤鲜味醇,清爽怡人,滋味悠长,畅快地干下一大碗米饭,额头微微冒着汗打个饱嗝,这场味蕾的小小探险就有了一个皆大欢喜的结局。正是这份兼容并包,使酸菜鱼闯出川蜀菜的地域之限,俘获大江南北民众的芳心。金汤酸菜鱼、番茄酸菜鱼、老坛酸菜鱼、麻辣酸菜鱼,甚至酸菜鱼火锅。酸菜鱼店遍布街头市井。即便是小桥流水、饮食清淡的江南人家,也常常从厨房里端出一大盆酸菜鱼,作为一桌饭菜的主角。

鱼类万千,适合做成酸菜鱼的有黑鱼、胖头鱼、巴沙鱼等等。做酸菜鱼,一半功夫在片鱼肉上。片鱼需要慢工细磨。从菜市场拎回新鲜宰杀的鱼,剔去鱼骨,菜刀顺着鱼尾的方向缓缓斜切,片出3毫米左右厚薄均匀、脉络清晰的大片鱼肉,用盐反复搓洗使其紧致,加入蛋清、淀粉、料酒腌制去腥存嫩,投入沸腾浓汤中略略一烫,再“滋啦”一下淋上热油,鱼肉的鲜香肥嫩在到达巅峰处被精准定格。端上桌的酸菜鱼,铺展其上的盈盈鱼肉,大有出淤泥而不染的“清水芙蓉”之色。明明刚从鱼骨酸菜熬制的烈烈浓汤中捞起,周遭还缀有红辣椒青花椒,鱼肉却白得发光,有着刚刚落下的雪花般雪白娇柔的质感,亮堂堂蓬松松,尽情舒展。及至入口,大片鱼肉爽滑细嫩,透薄而弹牙,松软又不失韧劲。

酸菜鱼的独特烹制方法不仅使鱼肉鲜香并出,不失天真,而且可大快朵颐,酣畅淋漓。鱼肉肥美,但酸菜鱼的灵魂在于酸菜。不似叶子繁密、菜梗纤细的雪里蕻,做酸菜鱼的绝佳酸菜是菜帮肥、菜梗粗、菜叶少的油芥菜。腌制好的油芥菜,不需切成细细碎碎的末,完完整整一株沿着菜梗竖划几刀,便可投入鱼汤中慢煮。热力的催化下,在酸菜锅中,日复一日发酵而成的酸缓缓释放出来,醇厚的酸味削去鱼肉的腥腻,激荡起汤汁的鲜美,成就一锅酸鲜怡人、层次丰沛的好汤。更深谙其道者,干脆在吃完鱼肉酸菜后,直接用汤泡饭,毕竟鱼肉的鲜、酸菜的酸、花椒的麻、辣椒的辣、香菜的香、菜油的润,全都融在了一口汤里。



酸菜鱼。

# 麻辣酸香 淡水鱼吹响集结号

休渔期开始,海里的野生鱼虾蟹得以休养生息一段时间。而在碧波荡漾的菜西湖,渔船破浪而行震撼开捕。正所谓海鱼“唱罢”,淡水鱼登场。酸菜鱼、水煮鱼、剁椒鱼……青花椒爆香、干拌料酸爽,只是听着就已经直流口水了。走,既然吃肉长胖,不如一起吃鱼去!



鱼头汤。



鱼头汤。



剁椒鱼头。

## 鱼头两吃 熬汤、双椒皆鲜美

菜西湖破浪开捕,碧波荡漾间,肥美的鲢鱼跳上餐桌。对于“大头”鲢鱼来说,剁椒鱼头绝对是它的“本命”归宿。纵览川菜鱼家谱,只有这道菜的主角是鱼头,也只有这道菜,才能将鱼头的鲜美华丽绽放。

新鲜的鲢鱼头保留一部分鱼身,清理好后等待一场味觉的蜕变。剁椒,是这道菜的灵魂画笔。它们热烈如火,在厨房里燃烧着无尽的热情。剁椒细细剁碎,每一刀都像是在释放激情,那辣味似海浪般一波波涌来。将剁椒均匀铺在鱼头上,鲜红与雪白的对比,热烈而壮观。姜蒜末如味觉的守护者,围绕在鱼头周围,悄悄释放着辛香气息,像是在为这场辣味之旅保驾护航。蒸锅上灶,水汽升腾,鱼头在热气的簇拥下,仿佛置身于青岛的晨雾中。时间在这一刻变得缓慢而精致,剁椒的辣、鱼头的鲜、姜蒜的香,相互交融,形成了独特的味觉魔法。随着蒸汽的升腾,鱼头在高温的呵护下吸饱了剁椒的精华。剁椒的辣味深入鱼肉,却恰到好处,不会过于霸道,与鱼头的鲜美达成一种奇妙的平衡。出锅的那一刻,热油浇淋而下,那一声“滋啦”仿佛是开启美味的咒语,瞬间激发出剁椒的香辣气息。

想把鱼头吃得温婉些,一锅鱼头汤鲜掉眉毛。新鲜的鱼头,大而饱满,将其洗净,将鱼头放入热锅中略煎,油温适中,鱼头在锅中发出“滋滋”的声响,两面煎至金黄,鱼头表面微微焦脆,散发出诱人的香气。倒入开水没过鱼头,大火煮沸后转小火慢炖,鱼头的鲜味逐渐融入汤中,汤色逐渐变得奶白。加入姜片和葱段,姜的辛辣和葱的清香在汤中交织,去腥增香,让汤的味道更加醇厚。还可以加入一些白胡椒粉,那微微的辣味如同点睛之笔,为汤增添了些特别的滋味。炖煮好的鱼头汤浓郁醇厚,汤汁洁白如玉,鱼肉在汤中轻轻晃动,出锅前,加入适量的盐调味,盐的加入让汤的鲜味更加突出。撒上一把香菜,端上桌的鱼头汤,热气腾腾,汤汁浓郁,鱼头完整而不失嫩滑。轻轻舀起一勺汤,尝一口,汤汁的醇厚在舌尖化开,唇齿之间,鱼头的胶原蛋白将唇边糊上一层黏黏的薄膜。鱼头肉的鲜嫩一起涌上来,姜葱的香气和白胡椒的微辣交织在一起,带来丰富的味觉层次。

## 过瘾给力 “噗噗吡吡”水煮鱼

有一道以“噗噗”声为开始,“吡吡”声为结束的菜,就是水煮鱼。这是一道无论三餐、不限四季、老少皆宜的家常菜。

顺着鳞片飞溅的“噗噗”声,做鱼的第一道工序已然开启。鱼头抠鳃一分为二,刀紧贴鱼脊骨深深向前推进,肉骨分离之后,把鱼片成路边桉树叶般大小的薄片,捡起一片细看,洗净的鱼片光泽剔透、纹路分明,手中肌理带着摩挲的质感,偶有细小的断刺夹杂其中,柔韧中带有一丝冲劲,冷不防感觉被针扎了一般,只能规规矩矩地将鱼片放回盆中,粗盐码上底味备用。

蒜瓣剥好,辣椒用刀改成短节状,油油的豆瓣、绿绿的花椒、黄黄的姜片等调料整齐待命,只等鱼下锅。此时,抓上一把红薯粉将鱼片和水拌匀,一声“起锅烧油”仿佛集结令,水煮鱼的烹饪战斗算是正式打响。油热之后,依次下入豆瓣、蒜瓣、大葱,炒出红油,锅中掺入冷水,水开后先将黄瓜、海带等素菜烫熟,捞进盆中打底,将带有粗粝感的鱼头、鱼骨、鱼排先下锅熬汤,最后下入易熟的鱼片,等鱼肉悉数捞入盆中,再将锅中鱼汤煮至沸腾,舀入盆中,撒上葱花、香菜、白芝麻,最后一道环节便是精髓——烧油。等油烧至七八成熟,再倒入一碗干辣椒、半碗花椒,顺着锅中升起的油爆声,厨房中顿时萦绕着一股糊辣的香,趁辣椒油晶亮之际,迅速将其淋在鱼肉上,伴随着热油溅落的“吡吡”声响起,鱼肉完成了最后的升华。

扒开表面漂浮的辣椒,潜入盆中,一块洁白透亮的鱼肉跃然而出,放入碗里剔去尖刺,喂进嘴里,细嚼慢咽。鲜活的鱼是这道菜的灵魂所在,黑鱼、草鱼等都可以。麻辣鲜香激发出人间烟火,软嫩细腻抚慰着劳苦奔波。吞捻吐刺,个个滋味交织在一起,那叫一个过瘾。



水煮鱼。



如果你是一位热爱烹饪的美食家,或是愿意四处发掘美食的探店达人,请扫码入群加入我们,一起互动起来,探索美食世界!

本版撰稿摄影  
青岛早报/观海新闻记者 钟尚蕾  
实习记者 李佳乐