

福见云霄



红树林螃蟹

本报讯（朱乔桢） 福兔呈祥，福见云霄。螃蟹有钳，谐音“有钱”。过年吃螃蟹意味着“八方招财，纵横天下”，而且螃蟹味道好、颜色佳，素有“一盘蟹，顶桌菜”的民谚。

云霄县地处东南沿海，境内水系发达，淡水充沛、气候宜人，海洋渔业资源丰富。优越的地理优势，孕育出丰富的“海之味”——东厦锯缘青蟹、竹塔窰仔蜆、中华绒螯蟹。其中东厦锯缘青蟹先后获得国家农业部无公害农产品、地理标志证明商标以及福建省注明商标等荣誉，凭借着独特的口感质量和鲜美度而闻名遐迩。

东厦锯缘青蟹生产历史可追溯至明代，主要产于云霄漳江与海水汇合处的漳江湾海区。这里海湾融合、潮流畅通、养分充足，所繁育的东厦锯缘青蟹，具有肉质清香、纤维细腻、膏体金黄、咸淡适中等特点，富含蛋白质和微量元素，无咸腥味和淡水臭泥味。其中，尤以交配后性腺成熟的雌性蟹，闽南民间俗称“红蜆”者最为名贵，是产妇、老幼人群的高级

蟹“有钱”尝“鲜”过大年！

滋补品。春节期间是锯缘青蟹最肥美的时节，云霄的海鲜市场和各大商超都是一派繁忙景象，蟹农们忙着捕捞锯缘青蟹，商贩们也抓紧囤货，批发商们忙着抢抓订单发往各地，锯缘青蟹供不应求，价格也一路飞涨。

诗人眼中的漳江口红树林是孤鹭与落霞齐飞，秋水共长天一色；旅行家眼中的漳江口红树林是碧海蓝天、水上绿洲，而吃货眼中的漳江口红树林是海鲜！海鲜！在这片潮起潮落的水里，养息着种类繁多的珍稀海产品。但美味往往来之不易，冬日在冰冷刺骨的水中捕蚶是一件考验人意志力的工作。当潮水退去，蚶农们迈向滩涂地，弯着腰，一只手拿蚶耙在泥地上不停地刮，另一只手把耙来的泥蚶往网里扫，一左一右，双手配合娴熟，然后将装满泥蚶的网兜放在泡沫板上，用力往海水中推，直至推到停船的位置，他们用力抖动网袋里的泥蚶，除去泥巴后再拉上船，装入编织袋，运回岸上。这些工作步骤，被勤劳的蚶农在一块块的养殖滩涂上演绎成了风景，美成了画。

竹塔窰仔蜆，云霄人都叫“青蟹”。东厦镇竹塔村历来盛产野生青蟹，每年5—7月间，是青蟹最为饱满和雌蟹产卵期，在此期间竹塔村民会在滩涂岸边用手挖出一个个洞穴，称为“窰仔”，筑“楼”敞开口，让肥壮要蜕壳的青蟹随上涨的潮水住进，洞上开一个天窗用草皮封住，至退潮时若洞口已被泥土堵住，即说明里面有蟹，即可掀开草皮盖子进行捕捉，

因此称为“窰仔蜆”。窰仔蜆一般体重0.2—0.5千克，均属酥壳、双重壳的肥壮青蟹，肉质特别细嫩、鲜美。

中华绒螯蟹，云霄习惯称为“毛蟹”，只因成熟的雄性中华绒螯蟹蟹足壮大，掌部绒毛浓密，由此得名。云霄民间有“春蜆冬毛蟹”之说，毛蟹入冬饱满，初冬即可上市，体重一般为100—200克，可食部分约占三分之一。毛蟹味道鲜美，营养丰富，是云霄县季节性宴席所必备的“盘头”之一，民间居家也常爱煮“毛蟹粥”，其味特佳，然而此蟹只可食活蟹，不可食死蟹，因死蟹体内蛋白质分解后会产生蟹毒碱。

冬天吃公蟹最好了，蟹膏最多，肉质好、营养更丰富。农历十月以后，母蟹蟹黄开始发硬，而此时公蟹性腺发育最好，黄肥膏白，蟹膏的口感丰腴圆润，故有“九月团脐十月尖”之说。如今正是公蟹膏肥体壮上桌之际。所谓“壳凸红脂块块香”，公蟹的膏脂不仅比母蟹多，而且更加甘甜酥软，煮熟后也不会变硬，吃起来幼滑香口、美味无穷。清蒸螃蟹、香辣炒蟹、螃蟹粥、红烧螃蟹、水煮螃蟹……每种吃法都让人垂涎三尺。但清蒸最值得推荐，因为其能最大限度保留螃蟹的鲜美之味，吃时最好与姜汁、黄酒、醋配伍，可温中散寒、促进消化，还要趁热食用，冷后不但味腥，且食之凉胃，可能引起消化不良。

春节好“食尚”呷颗牛肉丸子吧！

本报讯（许颖 朱乔桢 蔡丽敏 邱莹芳） 虎走留福，兔来送春！春节期间的“云霄味”，怎么少得了火锅来作伴？一家人围坐在一起，来一顿热气腾腾、香气喷喷的火锅，暖意从口里流窜到心头。

牛肉因有“补中益气，滋养脾胃，强健筋骨，化痰息风”之功效，成为火锅肉类食材的首选，而一颗弹牙爽脆、真材实料的下坂牛肉丸更是火锅的灵魂。

要做出一颗弹、弹、弹的牛肉丸，花费的工夫可不同一般。正宗的下坂牛肉丸选用本地清晨刚宰杀的新鲜下坂小体黄牛肉为原料。牛肉的部位选择也别有讲究，一般选用牛后腿肉，牛后腿肉肉质结实脂肪含量少，肌肉多，蛋白质含量高，脂肪含量低，所以用来做牛肉丸口感更佳。

为保证肉质的细嫩，牛腿肉还必须去筋、切块，放上砧板后，牛肉便进入了最重要的“百捶成丸”的环节。大厨手持两把铁制的方形锤刀，重约3公斤，上下不停地捶打半小时，给牛肉上劲，直至牛肉化成肉浆。捶成肉浆还不算大功告成，此时还会加入少量的盐、生粉、味精等调料，持续拍打，直至肉浆粘手不掉为止，这样才能赋予丸子“弹跳的技艺”。

挤丸的动作也同样有趣——一手抓肉浆，握拳挤成丸，一手顺势用羹匙按下，放入热水中慢火温煮直至成型。粉嘟嘟的丸子一入锅，只需两分钟，立刻“换了张脸孔”，胀成一个个灰白色的“乒乓球”，直径足足有5厘米。

把它们舀出锅后，牛肉丸子在冷空气的作用下又转成赤褐色，牛肉的鲜香渐渐溢出，隔壁的小孩闻到都要馋哭了。

一颗好的下坂牛肉丸可不是那么“好拿捏”的，一不小心就可能跳出你的碗，这优秀的弹跳力，拿来代替乒乓球也不过分吧！

一口丸子下去，里面的肉汁飙了出来，牛肉的鲜香混合着牛油的奶香层层包裹住口腔，加上肉质弹牙

劲道、肉香浓郁爽滑，再配上香辣浓郁的酱料，好吃到你连神仙都不想做。

到第二口，细细品味唇齿与牛肉丸产生的奇妙化学反应——它直接促使人分泌带来快乐的多巴胺，一边感受它从喉咙咕噜噜滚进胃中，它在嘴边的那种弹性好像一路延续到了胃。如果说火锅吃肥牛收获的是一份牛肉的快乐，那吃牛肉丸就是浓度激增十倍的快乐！

除了加入年夜饭火锅的豪华行列，下坂牛肉丸更像平民天后，出现在云霄县城街头巷尾的水面粿粉店里。早餐也好，夜宵也罢，单点或者配上滑溜溜的水面细粉，圆圆滚滚的大丸子漂浮在透明清亮的牛肉汤上，里头还有烫青菜或芹菜粒。

据史料记载，民国时期，云霄的“牛圩”在下坂。在农耕时代，牛是农民的宝，下坂在云霄城边，水路、陆路交通方便。牛圩就设在离摆渡口不远清澈宽阔的漳江边，那里有许多可以拴牛的大树，有可以庇护牛的浓荫，有可以饮牛的漳江水。每逢牛圩日，大大小小的水牛、黄牛，挤满了圩场的每个角落，四面八方的人们都会赶来赴“牛圩”。后来，下坂人开始专门饲养肉牛，于是便有了专门的宰牛场。

20世纪60年代，云霄人就有人专门制作、贩运下坂牛肉丸至诏安及广东潮汕一带销售。现在下坂村有多家专门制作牛肉丸的店铺及饭店，制作的牛肉丸除在云霄享有盛名外，还远销潮汕等地。

云霄人爱国爱家，去到哪里都不会忘本，在异地奔波劳累的时候，如果能吃上一碗家乡的美味，那么他会很快恢复自己的元气，用更积极的心态迎接美好的未来！这就是美食带来的力量。

在许多云霄人的心中，一颗小小的下坂牛肉丸就是心中的乡愁味道。在闽南话里，“丸”与“圆”同音，一碗丸子汤也寓意着“团团圆圆”。比起其他不容易在外地吃上的美食，每逢佳节，为自己煮一碗牛



下坂牛肉丸

肉丸汤，为远在他乡的云霄人给予了莫大温暖：人在他乡，仍旧能回味家乡的味道。

一碗地道的牛肉丸汤回忆起老家的旧时光，蘸着一碟沙茶酱，沙茶复香，幸福流光。

目前，云霄县约有下坂牛肉店两百多家，在店里，牛肉丸是永远的头牌，牛肉丸的制作手艺、配方，大多是上一辈传下来的，味道上各家有各家的特点，不尽相同。

土生土长的下坂人张鑫民从14岁开始跟着父亲做牛肉丸，至今已有32年了，早上4点去市场取新鲜的牛肉，是他365天天天不变的行程。新鲜的食材，传统的工艺，独家的酱料让他赢得一批新、老顾客的欢心。一到春节，他家店里的牛肉丸都是供不应求，每天销售量近400斤，其中还不包括外地客户不断“飞”来的订单。

“我家从我父亲那一辈就开始做牛肉丸了，从小耳濡目染，现在我大哥和我也靠着这份手艺生活养家，可以说这门手艺陪伴了我们家族一辈子。现在我们通过抽真空加冰袋包装的方式邮寄，让更多外地朋友品尝到这份‘云霄味’。当然我也希望能以‘下坂牛肉丸’为龙头，带动云霄地标产品走出云霄，让在外地生活、奋斗的乡亲们能一如既往地品尝到家乡的美食。”张鑫民说道。