

三、风味小吃

白子乾馅煎堆

在合浦农村，流行着这样一句俗语：“白子乾馅煎堆——又香又甜”。白子乾与煎堆，两者都是乡土食品，在当地是人们遇喜庆之事或探亲访友必备的食品之一。它们一个甜，一个香，二者合一食之，可谓别有一番风味了。

白子乾的制作分皮和馅两部分组成，做工甚是讲究。皮是用糯米打粉，掺水搓成一个个巴掌大的乾胚，放进烧开的水里煮熟。待胚完全熟透浮出水面，将其捞进一个钵里，用木棍搅和粘成一团，放之于撒有熟粉的簸箕上凉却待用。馅是将粘米粉炒熟，与白糖（黄糖也可）和放进白里捣碎的熟芝麻按比例混合在一起。制作时把乾皮擀成一个圆圆的小薄块，再把和好的馅放进包好即可。外表看似像个半球体，甚是让人喜爱。其特点是松软、韧性好、不沾齿，又香甜。特别上了年纪的老人最爱吃。

煎堆的制作稍为简单一些，但原料也是基本差不多。将糯米粉掺适量苏打粉搓和好后，待其发酵一段时间，再将捣成粉状的芝麻掺少许糖做馅，包成一个个比拇指稍大的椭圆形状，放进烧开的花生油锅里炸。待其外表变成金黄色，并有一定的硬度后捞出即可。

白子乾馅煎堆的吃法是：将白子乾搓扁变薄，再将煎堆作馅包在里面，即食即包，形成乾中乾，皮包皮，馅有馅的奇观。食一口让人想一口，香甜可口，回味无穷。两种食品虽然在一般家庭难以同时制作，但想食者，在北海街头还是有得卖的。我们经常见到肩挑两个小箩筐的农村妇女沿街吆喝：“买乾罗！”在她们那里一般可买到。

（黄富维）

鸡矢藤香三月三

又到了“三月三”。“三月三”里壮族人爱吃五色蛋和五色饭，希望今年五谷丰登。而北海人到了“三月三”爱吃一种用鸡矢藤叶和米粉做成的糖水——鸡矢藤乾糖水。

我从有记忆起就知道每年的“三月三”都有“鸡矢藤乾”吃。据说鸡矢藤乾可以帮小孩除蛔虫，去湿热。因此，每年春夏交替季节，北海人总要去寻些鸡矢藤叶回来做糖水吃，小孩子特别可以多吃一点。

记得读小学以后，每年“三月三”之前我总和弟弟一起骑自行车去冠头岭那边摘鸡矢藤叶。鸡矢藤喜欢长在竹林边，以前从市区到冠头岭的路上有许多竹林，所以也有很多鸡矢藤。鸡矢藤是学名，因为它的叶子揉碎后有一种像鸡屎一样的气味，所以一般人都称它为“鸡屎藤”。我们很容易就摘回很多鸡矢藤叶，交给母亲拿去和糯米一起碾碎。糯米粉晒干后还要筛过才可以做成乾。把鸡矢藤切成条状，放到糖水里煮，可以闻到香的气味，小时候我可以吃很多碗鸡矢藤糖水，觉得味道很清香。

现在的北海市场上常有鸡矢藤乾卖，每年的“三月三”我们家也会买回一点煮糖水吃，但不

知什么原因，我再也吃不出带有鸡屎味的那种清香了，常常吃不完一碗糖水。也许是因为自己没有参与制作吧。

(谭伟强)

马蹄竹蔗水

干燥的冬天，北风吹裂嘴唇。一盅婆婆熬的马蹄竹蔗水滋润了我的心。饮出了婆婆对儿辈们的关怀。

马蹄在南方是一种多用的根部植物，竹蔗也是常年可见的（水果、农作物）。有别于黑蔗的它，瘦长的个儿，节眼很长，皮很硬，淡青黄色。婆婆把马蹄约半斤，一个一个洗干净，可留皮也可削皮。竹蔗截成约10公分一段段，也可留皮或削皮。据说连皮还可以去火气。特别之处，婆婆放进了红萝卜，红萝卜含有丰富的维生素，对人体有很大的好处。

用瓦锅放清水慢慢地熬，约50分钟。直到熬成淡淡的黄色，略带甜味。一锅清甜爽口的凉茶就好了。还有人放进茅根一起熬。“十月火归脏”的时节，一盅马蹄竹蔗水会令你受益无穷。

(海曼)

凉茶

一张铝皮包装起来的桌子、一排铝制茶壶、一个个不锈钢的精致的小茶杯……似乎并没有什么明文规定，而北海所有的凉茶摊都秉承了这样的模式，成为颇有北海特色的街头一景。

岭南地带地气湿热，居民容易上火，两广人便了喝凉茶降火气的习俗。路边的一个个凉茶摊，让人一年四季都可以喝到现成的凉茶，省时省事。在北海，凉茶摊最为普通不过了。人民剧场一带的凉茶摊更为密集，四周又挤满卖牛杂的、卖炸鸡翅的、卖点心的各种小店。吃了点容易上火的东西后不忘喝上一杯凉茶，两者可谓相得益彰，生意也就都红红火火。

王老吉消炎解暑、十三味利水通淋、下火乐消炎降火、五花茶清肝明目、生地绿豆解毒补热、甘草大枣解毒……常见的凉茶有上百种，而每一杯的价格只在五毛钱到一块钱之间，价格的低廉也使凉茶成为了一种真正的民间风味。据摊主们说，北海人还是喜欢喝王老吉、十三味、五花茶这些老牌子的凉茶。这些凉茶苦虽是苦了点，但大家似乎都明白良药苦口这个道理。

广东路上一家凉茶摊的摊主说，做凉茶生意本小利大，却也不能马虎，先从中医那里开来方子，按着方子配齐药材，多数凉茶由多种药材配成，如王老吉要配十种药材，十三味要用十三种。加上水慢慢熬上一个多小时，再加入几公斤水才能熬成了一大壶凉茶。以前北海卖凉茶的都是一些药店，现在则较为普通了，从中也可以看到世事的变迁。

(周承雪 程霞)

豆腐十八配

我在北海时，最喜欢吃北海的豆腐花，又白又嫩，清甜润滑，价廉物美。豆腐好吃且有营养，早已成为百姓席上的家常菜。吃豆腐各地有各地的风味。

北方人吃豆腐以不失豆腐原味为主，如小葱拌豆腐、香椿拌豆腐、白菜熬豆腐，都只是略取配料之味，实际上完全以豆腐为主。江南的酱油麻油淋豆腐，也还在此范畴之内。四川的白水煮豆腐要沾“调味”来吃，表面上是真正的“吃豆腐”，实质上“调味”又麻又辣（花椒粉与辣椒油），又咸又甜（酱油与白糖）、又香又辛（葱末与姜末），再加上芝麻酱的浓腻，豆腐置身于此，绝对原味尽失了。

家庭中考究一点的吃豆腐，如鲜菇肉片煮豆腐、什锦豆腐羹、肉末炒豆腐，都算高级的；至于红烧鱼里面加豆腐、砂锅鱼头烩豆腐，这却是豆腐为宾了。

豆腐十八配，大家都这样说。一般的习惯，北方人炒豆腐多是把豆腐切成块先入锅用油煎透，就是变成“金镶白玉板”那种样子，然后再下各种配料；南方人吃豆腐喜嫩，多是先把配料菜炒好，然后放入豆腐烩煮，便是“烩玉板”的形式，这样的豆腐嫩滑可口。而豆腐花则是当作点心来吃的，也备受青睐。

（陈汝其）

蓉头月饼

过去中秋节爱吃叉烧、什锦月饼的北海人却逐渐更新了口味，蓉头月饼是近年来最受北海人喜爱的一种月饼。

蓉头月饼，通常是指用冬蓉、莲蓉、麻蓉、豆蓉、果蓉等做馅制成的月饼。这类月饼最大特点是选料讲究，皮心细软，香甜可口不油腻。不但上了年纪牙齿不好的老年人喜欢吃，年少牙嫩的小孩子也爱吃，连那些过去对叉烧、火腿、什锦月饼很感兴趣的中青年人，现在也觉得吃蓉头月饼有风味。月饼生产厂家也主动调整生产品种结构，过去生产叉烧、什锦、火腿等，逐步转到兼顾生产开发蓉头月饼，前几年常见的蓉头月饼主要有冬蓉、莲蓉、豆蓉等，近两年又新开发出了草莓、凤梨、荔枝、苹果、哈密瓜、芒果、葡萄等多种果蓉月饼。当这些新产品投放市场后，尽管它的价格普通比叉烧、什锦还高，却广受消费者青睐。

（朱子田）

年糕

记得少年时过年，在吃的方面，除了平日罕见的鸡腿外，最诱人的，莫过于年糕了。

年糕，各地有各地的特色。广州人喜欢炸酥角，雷州半岛人喜欢炸煎堆，灵山人喜欢吃粽子。合浦民间的年糕，五花八门的，品种式样极丰富，且街上与乡下的又不同。廉州街人的年糕，最常见的有汤圆、米散、萝卜糕、粿等；乡下的年糕，更为大样丰富，最常见的，要数烘饼、大笼

乾、灰水乾、菠萝叶乾了。

那时廉州人串门拜年，主人家就捧上一碗汤圆或一碗米散糖水一碟萝卜糕，这是最好的招待了。

记得50年代，过年时外婆常做米散。廉州的米散不像如今的爆米花糖，那制作是完全不同的。做米散是先把糯米蒸成爽饭，凉后捏成圆状，然后晒干。吃时用油炸过，用滚开糖水冲了吃，味道极佳，又酥又香又甜。

汤圆是用糯米粉做皮，黑芝麻糖做馅。廉州人做的汤圆不像广州人做得小不丁点的，有鸡蛋般大。汤圆馅中若放进水晶肉或猪油，更是香甜滑口的了。汤圆好吃，但也有人嫌太甜太腻，我却不觉得。每逢外婆包汤圆，我就磨嘴皮要外婆另包几个皮薄馅多的给我享用，吃后还到钵里舀。外婆望着我特能吃汤圆的样子也乐道：“吃得是福，穿得是禄！”然后又望着我瘦小的身子一本正经的说：“胀猪肥，胀狗瘦，胀人胀成马猫头（猴子头）。千万别吃得太饱！”

年糕中，最诱人的是萝卜糕了。腊月廿七、八蒸好的萝卜糕、大托盘的晾在碗柜里，待初一早上、初二中午时切片放进锅中慢火煎过，待表面微酥微黄后蘸生蒜头辣椒醋吃，叫人胃口大开。富裕人家的萝卜糕，还挟上生肉丝、沙虫、虾米一起蒸，更是香甜可口了。

过了些年，外婆老了，推不动石磨，萝卜糕是不做了。另外，日子紧巴巴的，食油定量，猪肉凭证供应。没有油，米散自然做不成了。但为了不至使我们孩子过年时眼巴巴望着别家孩子吃年糕，无论日子多紧巴，外婆是一定要做汤圆的。

做汤圆要舂糯米粉捣芝麻糖。外婆老了，大的兄弟到外边读书后，这劳作便落在我的身上。那时的廉州街上舂极少，一段街只有一、二具，腊月廿七、八各家就排队舂，好不容易才轮上。等了老半天，早叫人站得腰酸腿软，力气耗了大半。我踩舂杆，外婆用手掏拨白中的米和筛粉，几十斤重的舂杆，就靠我这个瘦小的孩子用腿撑起放下，中间不知要歇多少次，常常喘着气恳求外婆让我歇一会。旁人见了，上来帮忙，外婆总鼓励我坚持到底，她说：“你人虽小但要有志气，要坚持下去，自己的事总得靠自己。”听了外婆的话，我就咬咬牙，用双手撑着早已酸麻的腿坚持到最后。待到自己长到青年时，见到别家老小舂粉时，我就主动上前帮忙，外婆就送来赞许的目光，在一旁抿嘴微笑。

廉州外的乡下或圩镇，年糕更具特色，几十斤的大笼乾灰水乾是寻常事，菠萝叶乾更是不能缺少，因为是走亲访友拜年用的礼品。乡下人每到腊月廿六、七，家家户户就忙做年糕，邻里或婶嫂相互帮忙忙个通宵达旦，忙完了这家又忙另一家的。

灰水乾是用草木灰溶解后过滤的水与糯米粉制作而成的，不拌盐水不放糖，有股很特别的灰水味，我十分喜欢，菠萝叶乾廉州人称为“梢叶乾”，也是独具风味的年糕，用菠萝叶两面包着糯米糕放在锅里蒸熟便成，制作简单。我在乡下教书时每逢过年都做给孩子们吃。

到城里工作后，乡下的朋友故旧过年来看我，常捎上块大笼乾和一些菠萝叶乾来。倒是灰水乾我许多年未尝过了，如今想起，还被那股浓浓的灰水味刺激得垂涎三尺呢。

（廖元仲）

油 饼

油饼，刚炸出来时又脆又香，但到了第二天就变软了，没有当天炸的好吃。根据各人的口味，油饼可以炸成淡的、咸的、甜的。淡的油饼可以跟稀饭咸菜一块吃，咸的甜的就这样吃即可。又香又脆的油饼是怎样炸的呢？首先，用一个大盆把面粉装好，等水烧开后就倒进面粉里，用手慢慢把面粉搅湿，开水不易放得太多也不能太少，多了面粉就会太稀，少了面粉太干了也不好搅拌，放开水后把面粉搅成一团，直到面粉软熟为止。然后把面团搓成直径五厘米左右的圆条，再用切刀成0.5厘米厚的小圆块，用擀面棍或玻璃杯，把圆面块擀得又薄又圆，最后用刀在圆饼中间平衡地画三刀。最后的一道工序是炸油饼，在锅里放一小半锅油（猪油或花生油都可以），等到油煮沸后就可以放圆饼，这时火必须关小一点，油饼放进去后马上用筷子在油饼上轻轻弹一下，这样油饼才会起泡泡，吃起来才脆，一分钟后必须把油饼翻过来再炸另一面，直到油饼炸得黄黄的就把它捞出来，否则炸的时间太长的话就会老火了，油饼就有一股糊味不好吃。这样，一个油饼就算是大功告成。

（佚名）

卷 粉

几年前初赴外地读书，没想到故乡的风味中最让人牵挂的竟然是早餐吃的卷粉。假期回家与分散在各地的老同学一谈起，没想到大家的感受都是大同小异。于是七八个人在打了一通宵的牌后天才灰蒙蒙亮，便鱼贯而出敲开一家小店的门坐等吃卷粉，老板乐不可支。天南地北的情感就这样挂在一根白白的，热腾腾的卷粉上。

前段时间在报纸上看到关于早餐吃什么的报道，才知道现在学生吃的远比我做学生时吃得多、好。那个时候也不知是什么原因，学生们无一例外地选择卷粉做早餐，大概是因为价格不贵，做起来耗时不多，吃起来也方便。一般是早餐临时摆出来的小摊，破破的桌子、矮矮的凳子，桌上照例放有辣椒酱、酱油、醋等等调料，从来没有放心过它们的卫生，但也从来都吃得安心。卷粉摊的设备都是些四四方方的特制的铝皮箱子，一格格的，下面猛火在旺旺地烧着；抽一格出来，倒入一勺先做好的白白稠稠的米浆进去，让猛火烧上分把钟，再抽出来撒上些马蹄、瘦肉做的馅，用特制的铝铲，卷成条状，切成段，洒上调料就可以吃了。很喜欢看店家做卷料，食客总是挤满摊前，店家也就全练得一套精湛手艺。那一连串的动作竟像是电视剧中拉快了的“快镜头”，在两三分分钟内完成，我总是边吃边看边笑。当然卷粉的味道也值得一写，火候把握得恰到好处，生熟刚刚好，而且皮也薄，所以才能一下子吃了好几条都不厌。

北海的现在的卷料摊并不多见。茶楼里是有，但都是早做好了捂在那里，显得老，皮又总是过分地厚。总比不上在路边吃的好，有味道。工作后有一回被借调到别的单位去，一位刚通姓名的女孩就约去吃卷料。骑着车七拐八拐在一个小巷角边才找到了她认为最好吃的卷粉，那不过是一辆三轮车载着的流动点。连坐的矮凳都没有，只能站着吃，我当然吃得津津有味，除了价格从

每条2毛升为每条5毛外，一切都是我记忆中的味道。我看了看那女孩，年龄应该与我相仿，难怪会有这样的默契。

(可书)

甜酒汤圆

甜酒，在川黔一带又称为涝糟。小时候，寒风乍起，便能见到奶奶开始在瓷坛里用糯米混合粘米进行发酵。至大年夜，扭开坛盖，一股浓郁的醇香就会弥漫在爆竹声中。大年夜守岁，勤劳的奶奶就会系上围巾为我们煮甜酒汤圆，还会在其中放进几只鸡蛋。据说，甜酒有一定补血、舒气的作用，所以，过去女子生产后常用以进补行血。

在北海也有小贩穿街过巷卖甜酒，南珠绿华店里又有现成的水磨汤圆粉买。深冬夜里，可先用清水熬甜酒，再把汤圆料掺水揉成条状，再用手掐成颗粒丢进锅里，加糖，甜酒汤圆就成了。因为这做法，它由此得个有趣的别称：掐掐汤圆。一个“掐”字，便携带出家庭的气息……天冷了，给你的家人掐上一碗甜酒汤圆如何？

(赵月)

北海烧烤

金秋时节，“死食”的北海人，总爱到野处烧烤和窑制食物。烧烤窑制的食物五花八门，红薯、辣薯、马铃薯等根块食物，蛋、鸡、猪、牛肉及其肉制品等等，尽在其中。

金秋烧烤，溶游、吃、乐于一炉，津津有味，趣味无穷。野外活动，舒筋活络，体力消耗大，又能开阔视野，怡情悦性，爽朗精神；而烧烤、窑制的食品风味独特，醇香四溢，松软酥口，故胃口大开，进食效果尤佳。吃它个且饱且撑大腹挺挺亦不为奇。秋高气爽，天气凉快，不燥不热，肆意入口，故乱进食也不用担心食物在体内上火，影响消化，正是一年中出外野炊、进补的最好时机。金秋更是瓜果成熟收获的时令，种类繁多的瓜果，为开展野外烧烤活动提供丰富缤纷的食源，平添了许多喜庆气氛，使烧烤异彩纷呈，绚丽夺目。

金秋烧烤，北海一枝独秀！

(杨大锭)

瓜皮醋·甜酒

廉州的产妇在月子中，除以鸡、猪肉进补外，瓜皮醋、甜酒是少不了的。

瓜皮醋用黄瓜皮、生姜为原料，佐以黄糖与酸醋烹制而成。

先把黄瓜皮（即腌的黄瓜干）泡水去盐变淡，生姜刮去皮，然后放在锅里换水煮，待瓜皮熟烂无盐味，生姜全没了辛辣后，将瓜皮碎成段，生姜切成厚片，加上肥猪肉、黄糖、食用醋炖煮，待猪肉全部溶化后便是瓜皮醋了。

甜酒的制作更为简单。把糯米蒸成爽饭，凉透后拌上甜酒饼，装进瓮内加盖封好，发酵二、三十天，便成甜酒。

妇人刚分娩，气血两亏，血络污滞，进补与却污是月子中养生的两个重要方面。以鸡猪肉进补自不待言，为却污生化汤也是要服一、二次的。除此之外，精明的廉州人还要月子中妇人佐以食用瓜皮醋与甜酒，真可谓谙熟中医养生之道。

瓜皮醋酸甜适宜。酸甘化阴，补血滋润，是中医的一个药理原则，则产妇阴血大亏，食用瓜皮醋，刚好补上。另外，煮馊了的肥肉已转化为脂肪酸，很容易吸收。瓜皮去污润肠，去掉了辛辣的生姜温中燥湿。廉州地域滨海，气候湿润，月子中的妇人虚弱，寒湿会乘虚而入。瓜皮醋既壮阳又补阴，还有却污涤寒除湿的功效，确是妇人产前一补品。

甜酒是糯米做的。糯米淀粉含量高，经发酵酿制后的淀粉已转化为糖，吃了很容易吸收。吃时，打开瓮盖，一股浓浓的甜醇味直袭鼻孔。舀出一些加入一、二个鸡蛋和适量黄糖煮过，是月子中妇人极好的补品。

从味道上说，瓜皮醋、甜酒的味道都微酸微甜。瓜皮醋中的瓜皮醋爽口，姜片脆齿，甜酒有股浓郁的甜醇香，是很令人大开胃口的。对于三餐面对鸡肉、猪肉、猪肚的产妇来说，口味腻了是自然的，每日吃些许瓜皮醋和甜酒，是十分能调动食欲的积极性。

廉州人探望月子中妇人，主人家就端上一碗瓜皮醋招待。廉州民间视瓜皮醋中的黄瓜皮囊中多籽的籽字与传统多子多福的子字为谐音，又视酸醋中的酸字与子孙满堂的孙字为谐音，二谐音串在一起，就是多子多孙了。从祈祷问福的涵义出发，凡某家媳妇坐月子了，都多煮些瓜皮醋，分发给左邻右舍。这是廉州人家源远流长的民俗了。

瓜皮醋甜酒这东西，是廉州、北海及廉州附近地方所特有。北方人自不用说，同是两广人，广州人、湛江人、南宁人是不煮瓜皮醋甜酒的。

我很喜欢吃瓜皮醋和甜酒。小时，我非常乐意随外婆走有坐月子妇人的亲戚，提着块猪肉和一、二只鸡就去。九岁时，随外婆走路到距廉州几十里的乾江去，走得脚板起了泡也不哼一声，为的就是那碗诱人滴涎的瓜皮醋。长成成年后，探望月子中的亲戚的事就轮不到男子汉了。

我自离开廉州后，已多年没尝过瓜皮醋和甜酒了。如今，廉州的饭店有瓜皮醋这一味，最近在我廉州待的饭铺吃过两次，味道不错，但总感到不如廉州百姓家煮的好吃，肥肉少了，姜也少了，醋酸味也不够。遗憾的是，时至今日，尚未见甜酒上饭馆。但我想，作为地方特色，迟早会出现的。那时倘若口中有馋虫爬，买上一碗尝尝就方便多了。

（廖元仲）

柚皮焖螺

珠乡家居菜千百种，柚子皮焖螺是其中颇受欢迎的一种。制作起来很简单：首先将柚子第一层黄皮除去，放进锅里煮沸5至10分钟，捞出放在凉清水中浸6至10小时，中间换1至两次水。再捞出挤干水，切成二指大长方块，在滚油锅内下蒜米、螺肉、柚皮、米酒、白糖、生抽、盐等

炒一下，加入适量水煮 10 至 15 分钟，即可起锅上碟。如能在煮好的柚子皮上撒一点熟碎花生米或炒芝麻，吃起来更加香甜可口。据介绍，柚子皮有开胃通气之功效，而螺（包括文蛤、蛤仔、角贝等）则能滋阴养颜，柚子皮与螺同煮，鲜软甜滑，是男女老少皆宜的经济益体居家美味佳品。所以，以后吃柚子不要把皮丢掉，自己动手做一味经济可口菜吧！

（柳 珠）

油炸春卷

逢年过节北海人也有爱吃春卷的习俗，尤其在春节和清明节期间许多家庭都爱油炸春卷过节，且许多宴席也喜欢做春卷招待贵宾。北海春卷的用料和制作与许多地方有所不同。北海人喜欢用马蹄、瘦猪肉和虾仁做馅，用猪肉网油做皮。制作时把去皮的马蹄剁碎（但不剁成泥状，以保持马蹄的脆味）后，与剁碎成泥的瘦猪肉和虾仁合而为一，调入适量的白抽、精盐、味精和香芹碎拌匀，再用猪肉油把调好味的馅包卷成条状，蘸上生粉切段，并用生粉封上两头，然后下油锅炸至微黄即成。这样制作的春卷入口酥、脆、软、香、鲜，让人垂涎。如果蘸上用淀粉配上辣椒、糖醋的芥头做成勾芡，脆酸酥辣更别有一番风味，令人吃一想二，过后难忘。北海许多宾馆酒楼的厨师制作北海春卷的手艺更是老道，到北海旅游观光的人如果只尝过海鲜而没试过北海风味的春卷，无疑是个遗憾。

（何 方）

桂香饼

传统的乡土食品，在品种繁多的食物中不被淹没淘汰，而留传不绝，必然有其特色。就说烧饼吧，出名的如苏北黄桥烧饼、山东同村大酥烧饼，风味不同，各有千秋。

在我们这里的浦北、合浦一带民间也有烧饼，唤作芝麻烧饼，又叫桂香饼。在乡下，一般是过年才做，平时也不大吃得到。它的模样非常纯朴，圆而扁，白底子上细细密密地铺着一层黑芝麻，黑白分明，一点花哨都没有。咬开了，才知道原来看起来厚实的表皮很薄，而且酥脆，而馅心则是芝麻糖粉，酥松爽口，纤浓合度。

芝麻烧饼用料简单，不过是米粉、芝麻和糖。做法并不复杂，不过，要做到皮薄馅美，当然也得下一定的功夫。在做之前，先把馅料调配好。生芝麻洗净淘沙，沥干水，炒熟，和糖拌和（白糖、赤砂糖皆可），两两各半，再掺进一点点粘米粉，一起放进白里捣碎拌匀。然后再揉面。把糯米粉加水揉成面团，（加进少量粘米粉则更好），又柔又韧。面团揉好后，掐成一个个小坯子，像包汤圆一样在中间挖出一个小窝窝，放入一团馅料，将坯子封好，搓圆、摁扁，再擀成薄薄的圆饼。这道工序很关键，烧饼表皮的厚或薄，四周边缘的软或硬，往往由此决定。接下来就铺在撒满芝麻的簸箕上，拿杆子在饼面上轻轻滚过去，翻转了，再滚，两面都沾上了一层芝麻。桂香饼的模样出来了，看起来很憨厚、木讷，很乡土，也很亲切。

最后放在平底锅里用柴火慢慢细细地烘烤，时时翻动烧饼。芝麻的香气很快便飘了出来，然后便是甜的、米粉的香气，一室都氤氲了。新鲜出炉的芝麻烧饼，香、酥、软。到年时拿去走亲戚，它就是一份朴素却醇郁的情意。

（刘雪源）

蛋炒饭

在街头巷尾的饭店里吃过多炒炒饭，但都不如“北海蛋炒饭”好吃，因为“北海蛋炒饭”在4个“匀”字上做得特别好。

首先是做蛋炒饭用的米饭松软必须均匀。这是最关键的一环。如果米饭是凝成团的，一是难炒好，二是味道不鲜美。要使米饭松软均匀，炒出来味道鲜美，就不能用头天的剩饭，必须用当天现做未完全冷却的米饭。因为米饭太热容易成团，炒不均匀；太冷则较硬，容易炒干，吃起来口感不好。

其次是火力要均匀。做蛋炒饭切忌火力过大或过小。火力大了，容易把鸡蛋炒焦而不易搅细，把米饭炒硬而不可口；火力小了，容易把鸡蛋炒成块状，把饭炒粘而难均匀地拌和在一起，看上去仿佛是米饭多了鸡蛋少了。

第三是打蛋时加少许盐打匀，炒出来蛋的颜色才好看。蛋找匀后倒进锅里炒至半熟便可把米饭倒进去用锅铲顺一个方向斜铲直搅，待有喷香味道时便可取出。

四是若用少量地瘦肉做佐料，也要将瘦肉切得细匀一致，最好是炒熟后其大小和饭粒相似。至于加多加少则随食客需要，一般以占鸡蛋四分之一左右为宜。因为加少了，起不到增加色香味的效果；加多了，则又“喧宾夺主”。

（佚名）

海鲜大排档

提起北海的海鲜大排档，真实叫许多到过北海的外地人垂涎三尺，赞不绝口。

改革开放初“海鲜大排档”对北海来说还是个新鲜的外来词。那时候外沙一片沉寂，东侧尖沙咀仅有一间用竹木搭起来简陋的海边餐馆，档次还不及现在的外沙大排档。记得1985年单位接待两位香港客人，笔者陪同他们到这间餐馆品尝海鲜。席间客人边品尝边对餐桌上的每一道海鲜佳肴都不断的啧啧赞叹。其中一位姓刘的先生说，我到过不少临海的国家地区，但能吃到这么鲜美的海鲜还是第一次，想不到北海的海鲜这么诱人。离席时还风趣地说，下次来北海，到大排档品尝海鲜就是我来北海的头等大事。

改革开放后，北海的海鲜大排档有如雨后春笋，其中外沙大排档有七十二家，形成了几条竹棚街，占据了一大片沙洲。食客也从衣着简陋的引车卖浆者流，变成了西装革履、手持大哥大、开着豪华车的“大款”们。每天傍晚，皇冠、奔驰、凌志、宝马等高级轿车如流水般开到外沙，

在海鲜大排档前一排挨一排停放，稍晚一点便找不到泊位。每家大排档后的餐桌上，都坐满了食客，如同民间婚嫁大宴宾客似的热闹，成为北海一处独特的景观。

是什么将那些过去只出入星级宾馆、豪华酒店的“大款”们吸引到这儿来呢？是别具特色的民间风情，是“生猛”得不能再“生猛”的各类海鲜，是“足踩沙滩，目眺大海，身沐海风，口尝海鲜”的独特感受。

从北海市中心最繁华的北部湾广场沿四川路往北南下，靠近海边时，便到了老城区，那一条条窄小的街道和骑楼似的建筑，向你展示着北海过去的风情。穿过老城区，跨过外沙桥，沿海地区独一无二的海鲜大排档便在眼前了，阵阵烹调海鲜的浓烈香味扑鼻而来勾起你的食欲。别忙进餐先顺着竹棚檐下参观一番。家家都用镶着白瓷砖的水池，养着活蹦乱跳的海鲜。鱼有鲨鱼、鲳鱼、鲍鱼、鱿鱼、墨鱼、老虎鱼、跳跳鱼、金线鱼、沙丁鱼、石斑鱼……虾有龙虾、对虾、竹节虾、基围虾……蟹有青蟹、花蟹、马蟹……螺有香螺、车螺、花生螺、象鼻螺……此外还有大蚝、沙虫、泥丁、海蛇、海鳝和许许多多奇形怪状、叫不出名字来的海生动物，让你眼花缭乱，目不暇接，仿佛置身于一个海鲜展览馆。参观完毕，你已馋涎欲滴，急不可耐。找一家中意的竹棚落座，在水池中随心所欲，挑拣海鲜，讲好价钱，棚主当你面捞出称好，问明吃法，交给厨师烹制。你若有兴趣，还可监厨，亲眼看当地厨师摆弄各种海鲜，亦可满足一点好奇心。

外沙的厨师烹调海鲜，除了清蒸螃蟹、白灼虾、红烧鱿鱼筒等粤菜的传统方法，还有北海本地风味，如芋梗煮车螺、酸菜炒花蛤螺、苦瓜炒虾仁、姜葱鲫鱼耙之类，就是在北海以外吃不到的，其状之独特，味之鲜美，让你永生难忘。吃过如此货真价实的“生猛海鲜”，相信你会永远怀念北海。

海鲜是北海的一大特产，而“鲜”就是北海海鲜的最大特色，每间大排档的海鲜佳肴都突出一个“鲜”字。许多大排档的水族箱或水盆里都养有鲜活蹦跳的鱼虾蟹，任由食客挑选。每当夜幕降下华灯升起的时候，海鲜大排档就在街头巷尾布起阵来。南珠市场面前、三中路旁等路段一字排过的海鲜夜市炒卖摊档，那满街飘香，路人垂涎，食客络绎不绝的火场面成了北海一道独特的夜市景观。各摊点的菜谱架上都摆满了加工好的各种各样的海鲜，有鱼有虾、有蟹有螺，也有泥丁、沙虫……来客入席，不管你喜欢吃那一样，不多一会，热情大方的服务就给你端上一碟碟热气腾腾、香气扑鼻的海鲜佳肴。不过，北海最有代表性的海鲜大排档算是近两年建起来的外沙海鲜食街。那里的大排档档次比较高，海鲜都是生猛活跳的。现做现卖，想吃什么海鲜就有什么海鲜，煎、焖、焗任你选，叫你百食不厌，留连忘返。

北海大排档的海鲜向来以物美价廉和诱人的鲜味而名声在外。到北海观光的游客，“荷包”丰满大方一点的几乎都要到外沙大排档一饱口福，节俭一点的也要在街头的海鲜大排档领略北海海鲜的独特风味。就算是北海人，对自己家门口大排档的海鲜也垂涎三尺，平日懒得动手做食时，便一家人携老带幼的去光顾大排档。帐篷内，外面夜雨连绵，里面灯光柔和，欢声笑语，海鲜飘香，一家人仅花五十来块钱便度过了一个既温馨又浪漫的周末。那香味飘荡在星星旁，让海鲜在胃里慢慢地、极舒服地消化。此种享受，是在那些虽有地毯空调、卡拉OK，却和大自然隔绝的高

档宾馆、酒楼所得不到的。

(何方)

堤边冰摊

夏日的夜晚，红帆步行街海堤边那一长溜冰摊一直是珠城人最爱去的地方。飘着轻柔音乐，看渔灯点点，海风轻拂的露天冰摊每当夜幕降临，那一排排白色的坐椅总是“满座”，三五好友聚在一起，啜饮着果汁，谈古论今，不知不觉就度过了一个美好的夜晚。

海堤边的冰摊约有四五百米长，一边是碧波万顷的大海，一边是绿草如茵的草地。下午五六点钟，一排排桌椅便逐渐摆了出来。一位在此做生意的朋友告诉我，虽是小本生意，可是多顾客“帮衬”，收入也颇为丰厚。海堤边的冰摊每晚都营业至凌晨一、二点，客人散去，摊主总会将桌椅、饮料盒收拾干净，白天的海堤街没有一点冰摊一条街的痕迹，干净、清爽，很难想象出晚上人声鼎沸的热闹景象。

苹果冰、蕃桃冰、白芝麻冰、绿豆沙、木瓜冰……要一杯自己喜欢的果汁，再上一碟烧鱿鱼丝或一碟炒田螺，头顶星星，面临大海，和友人谈谈工作、谈谈人生，十几、二十元的消费，便能度过一个惬意的夜晚。久未谋面的老同学、老朋友聚在一起，晚上首选的地方总是海堤街。空气清新，坐海边、吹海风，是富丽堂皇的酒店所没有的情致。海堤街的草地旁还有一个露天舞池，虽然夏日下舞池的人不多，但那悠扬的华尔兹却令海堤街增添了不少浪漫的情调。

夏日的海堤街冰街，珠城夏夜的好去处！

(小愚)

北海的茶座

北海的茶座和银滩一样，是这座城市的两个顶好的去处。而且比较起来，我更喜欢茶座，银滩毕竟远了点。

我这里说的茶座是露天茶座，不是红漆绿瓦的茶坊。茶坊是老板生意人的场所，一般与本人无。在我心目中，露天茶座，才是得了这座亚热带海滨城市天赐，有点真趣味的地方。

很难说北海的茶座从几月摆到几月，好像一年里都能见到街上有茶座。记得第一次去茶座是春节过后不久，和朋友坐在屋仔村路口的茶座。晚风微凉，远处的鞭炮不时搅扰一下夜的安谧，衬得节后的街市更加清寂。于是想起热闹的正月已过去，心中便若有所失，又似有所瞻。那会儿的感觉，茶座有如孤旅中的驿站，感伤而温暖。

茶座的盛市在热季。北海热季长，白天太阳直射，酷热。夜晚却有海风徐拂，凉爽可人。傍晚，太阳落山时，街边就有成片的桌椅摆出来。椅子多是白的沙滩椅，间或有黄的、蓝的，围在轻便的折叠桌旁。沙滩椅舒适的斜靠背摆出一派闲适和清凉，行人打茶座旁走过，便不由得想往那儿坐。

只是北海的茶座尽卖冷饮，并不卖茶。这便少了些梁实秋周作人喝茶的风雅。以周老夫子的眼光，“喝茶以绿茶为正宗，红茶已没有什么意味，何况又加糖——与牛奶（奶？）”。这喝冷饮似更没什么可说道的。无奈，如今已是麦当劳肯德基的天下，与上一代喝工夫茶的名士远隔了半个多世纪。不过，以我的体会，劳碌一天过后，同二三友人仰靠在沙滩椅上，啜几口绿豆沙或者芒果汁，有一搭没一搭地聊聊天，或者独自沉到冥思默想的深海里去，却也能获得一份“啜茶忘喧”的妙境。

这话听起来似乎有点夸饰，因为许多茶座就设在喧闹的街面上，比方北部湾路的人行道，或者，夜市拥护的珍珠摊点之中。一台冰柜，几套桌椅，冰柜前挑盏灯，挂一纸牌，纸牌上面不平整的毛笔字写着冷饮的品种和价格。讲究点的，茶座上方拉几串萤火虫似的彩灯，或者再立块大招牌，“美国冰淇淋”、“意大利冰花”，哪里有半点“瓦屋纸窗”“清泉绿茶”的韵致？然而，妙就妙在这里，你只消往茶座的沙滩椅上一靠，将四肢舒展开去，眼前的车流灯河以及攒动的人头便一齐褪去，褪成舞台的布景，有形而无声，甚至有时连形都不见了——视而不见。正有点“菩提本无树，何处染尘埃”的禅妙。上周末我和女儿去逛夜市，在珍珠摊点中转悠得腿酸，遇茶座便歇下，舒舒服服地将身子嵌进沙滩椅中，要了两杯带冰渣的绿豆沙，慢慢吸吮。这时候，观人流灯河，就有了一种隔岸之感。恍恍然，想起夜宿泰山，从“天街”上看泰安街景的情形。莫非，这便是所谓“闹市菩提”式的超验？

北海茶座最好的去处当属红帆街一带的海堤。“五一”前夕，一朋友对我说，发现了个好地方，请我到那儿喝茶。到了晚上，我便由他一辆摩托载了，与其女儿妻子一路穿街走巷，在旧城好一阵疾驰。我暗自纳闷，不就是去茶座吗？满街哪儿没有，何劳如此奔波，若觅蓬莱？及至到了，我从车上跳下来，才发现，果然是一处胜景！目力所及，一片混沌。海堤像条灰白的带子，把这混沌分成两半。一半是广场，一半是海。陡然从突突震荡的摩托车上下来，站在广场上，只觉得万籁俱寂，天低人小。那夜饮了什么谈了什么我已不记得，却记住了从逼仄市井遁入混沌后的释然与忘我。

我想，发明到海堤开茶座的该是个诗人。

在海堤开茶座的人似也染了些诗的情味。他们一般都言语轻缓，绝不像菜贩子那般与人高声武气，也不轻易吆喝着招徕顾客，如小吃摊主那样。若想僻静，你尽可在海堤上一路踱去，挑个无人处坐下，要一杯摊主自制的天然饮品，让筋骨和神经一齐浸入旷荡与茫远，任思想去跑马。在一个没有风的夜晚，我带着高考之后的女儿到海堤茶座。那晚没有月亮，连星子也没有。广场那边楼房里映出的灯光泻向海堤，人影如剪纸贴在微亮的天幕上。地角地码头却分外灿烂，泊船的灯影一溜儿拽开去，在海面映出一条倒立的“街市”。身后歌厅有人唱歌，歌声很惆怅。

那一刻真想请唱歌人到海堤上坐。

（许可）

美食生鱼片

生鱼片，家乡人又叫“鱼生”，食后难忘。它不仅是家乡的名菜，在日本也响当当的。可惜的是，我少年离乡求学，毕业后又离乡谋生，每年就只有一两次吃到生鱼片。不知口味不同还是啥的，珠城北海的酒楼饭店里都没有生鱼片供应，实在令人遗憾。

其实，生鱼片的制作也不复杂，可分为以下几个步骤：

一、选鱼。一般要选刺大的鱼，如罗非鱼、草鱼、鲤鱼、斑鱼等，味最鲜者当属斑鱼。

二、净鱼。刮鱼鳞，去内脏，斩鳍摘鳃，然后从鱼头分两边切下去，直到尾部，即取出鱼刺，如有残剩在肉上的刺，可用镊子一一夹出，再用卫生纸把残存在肉上的血水吸干。

三、切鱼片。鱼片要切得薄，以少于2毫米为佳，把切好的鱼片在刚开的水中焯1-2分钟，捞出，装盘备用。

四、备佐料。一般佐料有花生（或黄豆）、芫荽（或香椿叶）、花生油、醋、酱油。花生（或黄豆）要炒熟，碾成粉粒；香椿叶洗净后在火上烤出香味，再切细。

五、把花生（或黄豆）粉烂均匀地撒在鱼片上，放上芫荽（或香椿叶），浇上适量的醋和花生油、酱油，搅拌均匀即大功告成了。若还切点红蕃茄排在盘的四周，则色彩更丰富。

这样做成的生鱼片，色彩诱人，入口滑而不腻，不愧为节日或聚会时桌上的一道佳肴。

朋友，你不妨一试？

（韦盖利）