

秋天来了，太湖清水大闸蟹即将浮出水面，藏书羊肉的香气弥漫在苏州太湖上空，“水八仙”也开始搬上餐桌，从9月20日起，木渚还举行首届中国羊肉美食节……

笔者和美食家们一起，走进苏州吴中区，在饱览湖光山色的同时，寻觅太湖的美味佳肴。

环绕在苏州城的西面和南面的吴中区，历史悠久、人文荟萃，是吴文化的发源地。区域内，山汇集了太湖七十二峰之大半，水包揽了三万六千顷太湖边的三分之二；区域内山水风光旖旎，渔米茶果丰富。灵山、秀水的滋养，孕育了吴中区独具特色的太湖文化。

太湖，是吴中区离不开的情愫，经过了太湖水的滋润，使得田园中的果蔬、太湖水产、湖荡水鲜、群山中的茶果，无不成为具有灵性的美味：“太湖三白”、“水八仙”、清水大闸蟹，不仅是美食家的口中餐，更引得文人墨客争相歌而咏之。

目前，吴中区在全区构架了具有原生态特点的“三大区域”、“五朵金花”的餐饮业格局。“五朵金花”之中，城区酒店餐饮业餐饮、藏书羊肉特色餐饮、太湖船餐特色餐饮、“农家乐”特色餐饮和用直水乡特色餐饮，构成了纵贯吴中区东、中、西三大地域的特色餐饮区域。而除了鲜明的地域特色外，吴中区还挖掘餐饮文化的内涵，形成自己的特色。

第一个特色是丰富性。东、中、西三大地域，各自结合当地文化，形成了自己的餐饮热点。西部以太湖山水美食为主，展现了吴中自然生态与美食、观光相结合的餐饮特色。东部以秀丽的江南水乡和湖荡稻作文明为文化背景，形成独具特色的水乡古镇餐饮美食品牌。中部以城区酒店餐饮业为主，形成了如“中华老字号”与新的餐饮名店竞相争辉的餐馆业格局。

第二个特色是拓展性。随着近年来绿色、健康的科学饮食理念逐步深入人心，人们对美食原料的要求越来越高。一些餐饮企业为保证原料的品质和来源，也投入资金，进入农牧业，如光福水仙宫大酒店在太湖漫山岛租地养殖漫山草鸡。而餐饮业的发展，也推动了服务业其他部门的发展。如作为“藏书羊肉”配套措施，餐饮企业建设了藏书山羊交易市场，保证了每年40余万头活山羊、5000余吨速冻羊肉胴体、数百吨羊肉附件的供给，促进了经纪人、运输、储藏等服务业的发展。

第三个特点是交融性。人文资源、山水资源融合在饮食菜肴和饮食过程之中。吴中烹饪文化中，有吴王残胈、莼羹菰菜、甫里鸭话、鲃肺汤等传说与佳话。而浩渺太湖的鱼虾蟹、湖荡中的“水八仙”、田园里的鸡羊菜、群峰中的茶梅桔……都是餐桌上说不尽的吴中话题。

如今，吴中区餐饮企业滨湖而泊，依山而筑，人们在用餐的同时，远眺山水美景，领略田园风光，在独特的饮食背后，感受着吴文化的氤氲。吴中餐饮正以别样的浓重，推动着餐、游、娱为一体的发展道路。

城区美食 海纳百川

紧靠着吴中城区的餐饮业有着海纳百川的情愫，传统的苏式美味，抑或是现在的时尚餐饮，各种业态、不同文化背景的经典美食都在此融合。

在古镇木渚的廊桥岸边，“中华老字号”石家饭店历经二百多年的历史，依旧吸引着食客的脚步，让老店“名满江南”则是一道“鲃肺汤”。苏州有“秋时享福吃斑肝”古谚。鲃肺汤以斑鱼肝、火腿丝、青菜心等精烹而成，斑肝金黄，菜心碧绿，相映成趣。斑肝肥嫩，入口而化；热汤鲜美，胜过鸡汤。此菜已被列入《中国名菜谱》。鲃鱼季节性很强，每年8至10月上市，且必须活鱼取肝，因此此菜只在吴中有。

与石家饭店相媲美的现代化时尚酒店也在吴中城区争辉，如江苏省著名餐饮企业百盛天地、南开酒店等，而来自全国及海外的各类中、西风味餐饮美食，也在吴中各显绝艺。



■ 灯火闪闪羊肉香



寻访苏州吴中区特色餐饮 品味太湖

周丽伟
唐劲松



■ 太湖三白之白虾



■ 太湖三白之白水鱼



■ 太湖三白之银鱼

藏书羊肉 美食强身

陆文夫的《美食家》道出了苏州人对吃的讲究和讲究吃的季节性。藏书羊肉之于苏州人便是一道不折不扣的季节性美食。作为冬令进补的佳品，至今亦有“冬吃羊肉赛人参，春夏秋食亦强身”的说法。每年初秋伊始，上海、浙江以及各地食客涌向藏书，镇上羊肉店家家爆满，羊肉卖得锅底朝天。羊肉拼盘、松仁羊米、红烧羊肉、原汁木桶羊肉、羊肉水饺、竹香羊排、羊肉春卷，富有苏式特色的“全羊宴”成为食客冬季不得不食之的美味。

藏书羊肉味鲜可口，也有秘方。首先选羊以二岁龄羊为优，以百年木桶蒸煮一个半小时，煮出来的肉不硬也不烂，最后适时加入适量的特制调料，一碗热气腾腾的羊汤鲜美润热，香气四溢，羊肉细嫩滑口，再配上个人喜好的葱、蒜、酱等佐料，真是百味杂陈，令人回味无穷。除了羊肉汤，山羊身上的脑、眼、舌、腿、肝、肚、鞭、血、辜丸等，经过特殊的烹饪手法，将曾经的杂碎变废为宝。

如今藏书镇从事羊肉加工产业的达六千余人，年创收超亿元人民币，每年销售活羊四十多万头，并逐渐形成了经营形式，以同一名称“藏书羊肉店”的“羊作”更是辐射长三角各地，从9月20日开始，首届中国羊肉美食节将在木渚举行。



■ 帆影片片捕鱼乐

本报记者 郭新洋 摄

太湖船餐 品鲜赏景

在吴中美食中，首屈一指的便是太湖船餐。每年吸引海内外的游客和美食家50多万人次。太湖船菜之所以兴旺，一靠原料新鲜，二靠传统烹饪手艺。太湖船菜的最早经营者是地道的光福镇渔民，渔民传统的烹饪手艺，多用活杀、活炆、清蒸、白煮等方法，保持菜肴的原汁原味，鲜嫩可口。有的菜肴还带有特定的太湖船家习俗。如今，在吴中区光福、东山等太湖沿岸，特制的餐船滨岸而泊，一道道富有太湖风味的渔家菜肴，经过千年的历史沿革，汇成了丰盛的“太湖渔家宴”，成为中华美食的又一华宴。

“统览湖光山色，细品水中仙肴。”就是如今太湖船餐的真实写照。活炆白虾、银鱼炒蛋，外加酱爆螺蛳、明炉酸菜昂刺鱼、太湖大闸蟹，吃着太湖新鲜鱼虾、果蔬，望着窗外浩瀚太湖，青山连绵，让人感到如在画中一般。这种感觉是城里无论如何也找寻不到的。而这也恰恰是吸引城市一族的魅力所在。

在太湖船餐兴旺形成产业的同时，吴中区政府也没有忘记对太湖水质及生态环境的保护，为此区政府投入千万巨资为所有船餐污水设立处理站，所有污水都进入日处理500吨的地理式污水处理池统一处理。吴中人对太湖治理的先行，让无锡蓝藻事件发生后吴中的太湖水依然清澈，来此品鲜的游客依旧络绎不绝。

农家餐饮 品尝生态

在吴中区的山水之间，旷野之中，农家乐餐饮的炊烟，缭绕在湖畔、林间、田头、村落。与太湖船餐的悠久历史相比，近年来才得以发展的吴中区农家乐则更多体现了现代人对生活品质的又一要求。

农家乐餐饮寓意着健康和自然，游客们既可欣赏田园风光品尝美味，又可体验种养采摘乐趣，绿色、休闲、参与性强的农业旅游越来越被看好。如今，在苏州吴中区太湖边，“农家乐”已发展到几百家，主要分布在明月湾和林屋洞附近的梅园一带。游客在这里可以采茶、摘乌梅、采摘蔬菜，再在灶头上把新鲜菜蔬做成美味佳肴，加上出门就是太湖山水，成为回归自然、品尝生态的“旅途之吻”。

初秋的吴中区三山岛上，最时令的瓜果鲜蔬已经成熟，美味的香干水芹、桂花冰糖鸡头米、虾仁鸡头米、蟹粉狮子头、莼菜银鱼羹在农家的大餐桌上散发着浓香气，呼吸着伴有芦苇清香的空气，远处山头是万绿丛中点点红的果园，品尝着独有美味的佳肴，没有喧嚣的城市，这里宁静如水，在秋意浓浓的山水之中，在天然氧吧，享受着天堂岛的人间极品。

用直美食 情景交融

秀色可餐常形容景物秀丽，使人忘记饥饿。被称作神州水乡第一镇的用直因秀丽的水乡风情和湖荡稻作文明，使得它的饮食文化与美景密不可分，一段景融合一段情，一段情凝结一道美食。情景交融的水乡美食多了些品不尽的无穷韵味。

“甫里鸭羹”则是情景交融中最富有特色的一道名饌。甫里，即吴县用直镇，著名水镇，有“甫里八景”之美谈。相传，唐代文学家陆龟蒙曾隐居于此，又称江湖散人、甫里先生。陆喜养鸭，迄今用直镇尚有“斗鸭池”等遗迹。陆还常以鸭饷款友，其一即为此菜，众友尝后盛赞不已，询其名，陆戏称为“甫里鸭羹”，由此得名。只是一匙羹汤，在恬淡中飘逸着知性之美，无须下筷，只凭想象，游客也会在古韵古情中体味到口齿生香。

有“水云之乡，稼渔之区”美称的用直，风光灵秀，水产丰富。说起吃来，鱼鲜藕脆菱角肥，河虾湖蟹尽你尝。典型的江南水乡风味，清淡、鲜嫩、细腻。用直的蘑菇、河蚌很有名，南瓜饼、糯米糕、糯米团都是用直的名小吃，值得一尝。八角红菱是用直的特产，初秋正是采红菱的季节，在秋风中划船而行的水乡女子优美的曲线让甜丝丝的红菱有了一丝妖娆的味道。