

 <p>喝健康茶 从丰庄开始</p> <p>上海市曹安公路1611号(丰庄路口) Tel: 60257115 60257116</p>	 <p>玉器、字画、根雕、红木、水晶时尚饰品</p> <p>丰庄茶城 A50-1A60 B32,1C14号 Tel: 60253572 54480233</p>	 <p>大益集团 体验馆</p> <p>主营: 大益普洱</p> <p>丰庄茶城丰庄路608号 Mp: 13023297222</p>	 <p>喝江西茶 叙红土情</p> <p>丰庄茶城2053号 MP: 13901739108 13801873099</p>
---	--	--	---

不定期地脱离大城市被加速的时间轨道，去温暖、安宁、更多地保留了诸多旧物与传统的南方小憩，无疑对患有都市病的我们有好处。

北海，广西之南，北部湾以东。和所有南方人一样，北海人也讲究吃，除了一日三餐外附加饮茶、宵夜，却因为讲究“一沸而起，甘鲜脆美”，少见能吃成胖子的北海人。身为“海上丝绸之路”的始发港，因通商而来的洋人起的豪楼大宅让这座小城始终底气十足。冬无严寒，夏无酷暑，岁月慌乱，她却绵绵。

### 红树林边觅海鲜

在北海的头一顿选在南方渔村。离银滩不远，冠头山下，毗邻渔港，旁边有一个渔船修理厂。在门口的海鲜超市里自选后，到老式的吊脚楼里吃，据说是当地人请客吃海鲜的首选。说到“北海”，名字正来自其海城区地角镇的同名渔村“北海村”，住着疍家渔民，几乎算得上是中国历史上最早一支以打渔为生的少数民族。

又有多少人冲着银滩夕照的盛誉去北海的？绵延二十多公里的沙滩，滩长平、沙细白、水温净、浪柔软，就算11月去，都可以下海逐浪。

离银滩不远的还有金海湾红树林。这种陆地向海洋过渡的特殊生态系统，生长于热带、亚热带陆地与海洋交界带的滩涂浅滩。红树林是自然界少见的胎生植物，创造生命的过程，几乎可以和哺乳动物生养后代的行为相比。

金海湾的“红树林”属于灌木，有两个树种，“白骨壤”与“秋茄”树。在世上所有55种红树林中，唯有“白骨壤”的果实能够食用。它的果实叫“榄钱”，色泽、质地类似青蚕豆，而体形略大、稍扁，如铜钱般。果实内有一个小芯，如莲子，食用时必须去掉。其味如同新茶，嚼食清香略带苦涩。

用榄钱炒车螺，是北海一带的家常菜，其地位犹如湖南的“辣椒炒肉”。通常人们将采集到的榄钱，去芯后浸泡在清水中备用。车螺就是上海人口中的文蛤，但江南很少能吃到这样大只的蚌肉，个个嫩白肥美，几乎能吃出类似生蚝的鲜甜丰润来。

多岛屿、滩涂的自然环境，自然适宜捕捞和海产养殖。每次潮落，红树林里总会滞留有很多小鱼、小虾、小蟹、小螺等海洋生物。这些高蛋白的天然饵料就变成了海鸭的美餐，使得海鸭体肥蛋多，蛋黄晶红、味美鲜香。得益于这样的环境的，还有在滩涂中吃鱼虾长大的海猪。南方的这道烤海猪肉一上桌，纵是平日对自己管束甚严的都忍不住要伸出筷去，肥瘦相间的肉片香气四溢，入嘴却肥而不腻，仿佛恋人温柔的呼吸。还有酸笋炒花甲螺，好似大大咧咧的笋先生遇上了柔肠百转的螺姑娘，怎么都不搭的两个人却成了一对欢喜冤家。南方出品的大都是北海寻常人家饭桌上的常客，但又多了几分大灶小火出品的细腻。“杂鱼汤”，最家常不过，鱼都是渔民在浅海区拉网捕捞的小海鱼，汤水不放过其他佐料，只放少许的油和适量的盐，是素颜见客的架势，胜在底子好。

### 香宫“状元”烹平常

抖落市井的烟火气，北海香格里拉好似一方世外桃源，被高大的棕榈和南方特有的浓密葱郁的灌木包围，最喜欢从大堂咖啡厅望出去的景致，有时空交错的恍惚，如同置身热带森林，随时会有各色有着斑斓皮毛的动物闪现。

香格里拉越开越多，每到一处，总要去香宫试试，挑剔的味蕾从来不会落空。

乍一听说，北海香格里拉大酒店坐镇的中餐行政总厨林国弟师傅曾经在香格里拉酒店集团中华厨艺大师赛中一举夺魁，便对林师傅的出品充满好奇。香宫粤菜甲天下，这强中之强，会带给人怎样的惊喜？

香桂千叶豆腐端上来的时候，举座哗然。没有一样高贵艰深的食材，自然风干的菜花和千叶豆腐为主料，配以洋葱、五花肉、蒜、指天椒、野山椒、小米椒等配料。落筷豆腐幼嫩弹牙，肉香与各种配料层层分明，滋味丰富，果然是好吃得让人想哭，感动了大赛的诸多评委、美食家。另一道丹泉酱香坛子肉，同样选用北部湾海域



# 广西之南 寻味北海

文、摄 / Priscilla

放养的海猪，精选带皮五花腩肉部位，和南方的烤海猪肉不同，这一次，加入生抽、老抽、鸡汁、冰糖、盐、丹泉酒、漓泉啤酒、花雕酒、肉姜、蒜头、蚝油、鲍鱼汁、烧汁及美极等调味料，用上十足的耐心，以慢火微炖三至五个小时。在筷头抖动着送入口中，酱香突出、酒香浓郁、入口即化，而铺陈在坛子底部炒过的雪菜是最好的烘托，不疾不徐。这年头，太多假借美食之名的矫揉造作、故作高深。林师傅却很有些返璞归真的道行，“大家都觉得比赛就应该拿最高级的食材，或者非中菜西作的噱头不能夺人眼球。我就是偏要用最普通的东西，最平常的做法，让大家知道，最好的味道是用平常心烹制的”。

大雨留客，便报名参加了酒店为住店客人开设烹饪学习班。在林师傅亲自带领下，前往本地的南珠市场选购食材，大只的美貌花蟹40元一斤，车螺7元装一袋，高贵如青衣，不过三百多元拿下，平价到不可思议。回到酒店，黄昏雨住，穿过由北海市的市树小叶榕自然生长成的拱形长廊到池畔吧，面对着北部湾的平静海面，远处唱晚的渔夫如同卷轴上的水墨，一堂烹饪课好戏这才开场。

### 吃得进肚的智慧

南方人常有一些细微却恒久的关于生活的智慧。北海人有俗语说：食得是福，穿得是禄，睡得生肉。不讲究排场，却将对生活的要求融入到了每日的一汤一饭中。阿溪说本地人对食物有诸多分类。如什么正气、湿热、燥火、凉、寒、毒、补等等。就连蔬菜也有说法，比如椰菜湿热、芥菜正气，人们有偶染风寒什么的，就以瘦猪肉煲芥菜汤来进补。

结交了当地朋友阿溪，无疑是此行最大的收获。1876年烟台条约签署后，包括英、法、德、美、意等八个国家，分别在中山路和珠海路周边地区设立了领事馆、教堂和医院。没有阿溪，作为普通游客的我们，可能很难一一找到那些领馆旧址，北洋海关大楼旧址、德国森宝洋行旧址、德国信义会旧址等，多样的拱券形窗，立面的凸凹线条的处理，以及柱头、墙面花饰的渲染，让时光如翻书般留驻在旧时。去珠海路老街买如假包退的海珠，去老市场买干货，可惜时间不够，不然真愿意和她一起骑自行车，试试一路从市区骑到冠头岭会不会喘。

侨港风情街，听上去就很洋气的名字。从北海出发到东兴，然后从东兴过境到越南，不需要签证。因此当地也多南洋华侨。说是风情街，其实就是大排档。鸡丝粉、越南炒饭、黄皮果炒冰、各种螺蛳……每样来几口，就饱了。对我来说，看的兴趣远远大过吃，都是几元钱的生意，卖的和买的都兴致勃勃。这座小城，够市井，却又不俗气。老街上，大下午的，不管年轻的年老的拼桌打麻将；卖海珠的老板娘不管买不买，招呼小妹给我们砍椰青、买虾饼。夜晚的大排档，卖凉茶的姑娘羞涩而又文静，穿着海军领校服的少年们三三两两流连小吃铺。人们用“朝沧梧而夕北海”来形容时间飞逝。可事实上，在北海，多的是好时光来消磨。