

福冈一日食 物语

文、摄影/小曲

博多湾环绕的福冈，是日本九州地区的中心，盛产稻米和小麦，海岸线长达300多公里，渔业发达，渔产丰富，有“食在福冈”的美名。

织格子，从尖端顶到玻璃幕墙，将室外景观很自然地融合进来，再加入泥砖、竹子、石板、纸等传统日本元素，外表柔弱却异常壮观，充满禅意。

它如此有名，却极其平易近人。用别处同样的价钱买上一杯，坐在表参道旁的露天望野眼，同时跟邻座的当地人聊几句，打听一下福冈还有哪些好吃的。

于是我很快知道，来福冈一定得吃豚骨拉面，特点是汤白浓油，点餐时可以指定面条的软硬度，基本都会搭配叉烧和葱花，炖得柔软的叉烧吸饱了汤汁，滋味绝美；吃完一碗想再添时，可点要“替玉”（煮好的拉面），把面加在剩下的汤里，这是福冈独有的吃法。人气最旺的当属“一兰”，它是豚骨拉面加入辣椒的元祖，一座难求。

还要吃鸡肉火锅，是福冈本地原创的火锅。先在鸡骨白汤内加入调味料喝下，然后吃鸡肉时佐以柑橘醋；吃完火锅内的鸡肉和蔬菜后，剩下的汤汁再加米饭煮成粥，清淡而鲜美，整个鸡的精华都享受。

当然，也可以试试牛肉火锅，日语就叫“博多もつ鍋”，把牛的内脏、卷心菜、韭菜等加高汤一起煮成；所用材料各店不同，高汤也分酱油味、大酱味等。福冈当地最受欢迎的吃法是在吃完火锅后，剩下汤汁里加入面条继续吃。

好吧，时间所剩不多，福冈却还有那么多美味尚未一品尝。时不我待，现在就开动吧！



博多湾沐浴晨光，平静如镜，这里是日本最古老的港口之一，在过去，遣隋使和遣唐使前往中国，皆由此扬帆出发。

而我的船只在福冈停靠一天，我只有一天来打量这座被称为“亚洲之门”的城市，用日出到日落的时间好好满足自己的眼睛和胃口吧！

我们这里还有鱼

福冈鲜鱼市场早已人头攒动。这是九州地区海产品的集散地，有五六十年历史了吧，在日本全国也属规模较大批发市场，新鲜美味的海物通过这里进入餐厅以及每家每户的厨房。

就算我来得早，也没有半夜便已在此忙碌的人们早。福冈古称“博多”，临海，水产品尤其丰富，鲜鱼、明太子以及海藻都是此地名物。

从江户时代以来就被博多百姓所熟悉的红藻，是早餐餐桌上不可或缺的传统味道。把红藻晒干后煮透，再轻轻冲一下让它凝固，之后切成一茬一茬状，蘸上柑橘或者芝麻味的酱油配米饭，口感爽滑，开始一天好心情。

明太子其实就是鳕鱼卵，加盐腌渍后成咸鳕鱼子，如再放入加了辣椒的调味汁中浸渍晾干，则可制成辣味明太子，日语写作“辛子明太子”，尤其开胃下饭。

玄界滩丰富的渔场为福冈带来青花鱼、鱼参、科鱼、墨鱼等各种新鲜鱼货。每个月的第二个星期六，中央鲜鱼市场都会开放“市民感谢日”，请来料理高手免费传授庖丁解鱼的绝技，还提供各种免费品尝；

人们携家带口过来，不仅仅是买海鲜那么简单，同时还可以学到日本传统捕鱼方法和技巧以及现代科技演示的海洋知识。

一楼就是海鲜食堂，就地取材，又新鲜又价廉，不但有日式生鱼片、寿司、柳川鳗鱼，还有西式鱼料理。别忘了尝尝一道平民美味“鲷鱼烧烤”，很多福冈人说吃着它，就能想起幼时跟大人去海边钓鱼的情景，尽管总钓不着大鱼，钓到小鱼回家烤着吃也满心欢喜。

天满宫后见梅林

太宰府表参道上，熙熙攘攘都是来天满宫拜“学问之神”菅原道真的人；糕饼店则一家挨着一家，生意红火。

在日本闭关锁国时代，珍贵的砂糖通过漫长路运往江户，而福冈和其他沿途地区则诞生了多种使用砂糖制作的名点。直到现在，那些糕饼老店仍在制作闻名全日本的福冈点心，比如吉野堂的小雏鸡、千鸟屋工场的千鸟馒头、水庵的筑紫饼、石村万盛堂的鹤乃子……

走过长长的表参道后再经过三座红色小桥才能到达天满宫，它在日本地位相当于中国的孔庙，每年有近700万人前来祈祷学业进步，考试前夕更是连插脚的地方都没有。

天满宫后的梅林边，阴凉地里晾着一匣又一匣的梅子干，是用来制作此地梅枝饼的原料。

在菅原道真最潦倒时，有位欧巴桑十分同情他，常带些糯米红豆饼来安慰鼓励他。当他去世时，欧巴桑在饼上摆饰梅枝为其送葬。从此，这种饼被称为“梅枝饼”。人们祈求学业好运时，都会买来吃或送人，希望考试包过。

配梅枝饼，最好的茶产自浓雾弥漫、气候凉爽的福冈八女地区，茶香而浓，有少许苦和涩，都藏在浓郁的甘味中；八女茶中的极品本玉露，树不经修剪任其自然生长，长出新芽时用草编席子遮光20天左右，然后手工一个个采摘。无论是制茶还是品茶，都是时间的凝结；若能静心品味，实在太奢侈。

鸡骨白汤福冈锅

参观完太宰府天满宫，我在边上的星巴克享受一杯咖啡的悠闲时光。

咖啡馆到处都有，这一间却实在不寻常，全世界的人都想来看看，它由日本建筑大师隈研吾设计，室内采用2000多个木棍，创建一个斜

香港美心月饼

连续多年香港月饼销量领先

美心尊贵奶黄月饼

上等奶黄甘香浓郁

甄选鲜咸蛋黄，融合香滑椰奶，啖啖留香。多项殊荣 信心保证

DKSH 大昌华嘉商业(中国)有限公司 400-920-0129