

晚风、夜市、小海鲜 夏夜街头最浓的香，藏在师傅的铁锅里

记者 李尚文/图

夏天的夜晚，是属于街头的。晚风裹着白日的余热，吹不散燥气，却吹得夜市摊上的白炽灯泡轻轻晃动。塑料桌椅从店门口一路铺到路边，坐满了摇着蒲扇、穿着背心的人。铁锅与铁铲碰撞的铛铛声，油星溅入火苗的滋滋声，啤酒瓶盖崩开的脆响，与食客的吆喝笑骂交织在一起，在夜色中炸成一锅沸腾的人间烟火。而最勾人的，是从后厨蹿出的那股爆炒小海鲜的香气——辛辣、滚烫、鲜甜，裹着辣椒与蒜蓉的浓烈气息，霸道地钻进街巷。人还没落座，喉咙便已暗暗发紧。爆炒小海鲜，就是夏夜里最浓烈的烟火气。



爆炒鱿鱼。

爆炒蛏子。

01

从沿海到内地——
一盘小海鲜的夏夜征途

夏日夜晚，各个美食巷子才刚刚醒来。烧烤店内，师傅单手颠锅，红油在锅里翻涌，花蛤的壳在高温中啪啪张开，露出白嫩的蛤肉。人们就着刚出锅的爆炒美食，手握冰凉的啤酒杯，那种畅快不言而喻。这样的场景，在中国无数个夏夜里同步上演。从南到北，从沿海到内陆，爆炒小海鲜早已不是海边人家的专利，而是成了整个夏日夜晚最通行的“语言”。

说起来，爆炒小海鲜的食俗并非一夜之间冒出来的。沿海地区的渔民很早就发现，刚捕捞上来的贝类和头足类海鲜，最怕久放，必须趁鲜吃掉。而猛火快炒这种方式，恰好能在最短的时间内锁住海鲜的水分和鲜甜——高温让蛋白质瞬间凝固，汁水被封在肉里，外面裹上辣椒、蒜蓉、豆豉的浓烈香气，一口下去，外香里嫩，鲜辣交织。

上世纪80年代，南方沿海的大排档开始兴起。摊主们发现，花蛤、蛏子这类小海鲜价格便宜、容易熟、吐沙干净之后肉质极鲜，用辣椒和蒜蓉猛火爆炒，几分钟就能出锅。一盘热腾腾的炒海鲜配上几瓶冰啤酒，就是劳动了一天的人们最痛快的犒劳。这道菜从沿海传遍全国，从大排档走进家常厨房，最终成了夏日夜宵里点击率最高的品类之一。

02

爆炒蛏子
鲜甜里藏着大海的味道

“做蛏子，最关键的不是炒，是伺候。”做了十多年辣爆师傅的王东强，对各种辣爆食材了如指掌。他说，蛏子这东西鲜甜美味，但它长在滩涂泥沙里，肚子里全是沙。不伺候好，炒出来一嘴沙，再好的调味也白搭。

店里每天下午4点就开始准备。蛏子泡进淡盐水，滴几滴香油，静置两小时吐沙。“你得有耐心，急不得。活的会微微开口，死的不开口，直接扔掉。蛏子要选春夏之交的，水温回升，蛏子疯狂长肉，最饱满鲜甜。”

做法上，王东强有自己的一套：水烧开，蛏子下锅焯水，壳一张开立刻捞出。“最多一两分钟，久了肉就老了。”另起锅，热油爆香姜末、蒜末、干辣椒段，加一勺辣酱炒出红油，倒入蛏子大火快炒。“这时候动作要快，锅要热，翻几下就调味——生抽、蚝油、一点点白糖提鲜。最后撒青红椒圈和葱段，翻两下出锅。从下锅到装盘，不超过3分钟。”

“你尝尝。”刚出锅的爆炒蛏子，红油裹着白嫩的蛏肉，蒜香和椒香扑面而来。夹起一只，牙齿轻咬外壳边缘，肥厚的蛏肉便在齿间绽开，脆弹中涌出一股鲜甜，辣味随后蔓延，却并不霸道，反而把海味的鲜衬托得更深。“蛏子本身鲜得很，不用放太多调料去盖它。辣椒和蒜蓉只是搭个台子，让蛏子唱主角。”



爆炒花甲。

03

爆炒鱿鱼
在烈火中卷起的脆弹

“鱿鱼跟蛏子不一样，它讲究的是‘脆’。”王东强从冰箱拿出一条鲜鱿鱼，在砧板上摊开：“鲜鱿鱼的肉透亮有弹性，冻过的颜色发暗，炒出来容易出水，肉也柴。”

他先去掉内脏、嘴巴和眼睛，然后开始撕那层薄膜：“这层膜一定要撕干净，不然又腥又韧。”撕完膜改花刀——斜切平行纹路不切断，转个方向再切垂直的，最后切成3厘米的块。“这样切，受热后鱿鱼会卷起来，好看也更入味。”备料时，洋葱、青椒切块，蒜末剁两份——一份爆香，一份出锅前撒。“蒜要多，少了没灵魂。”

大火烧锅，热油下姜蒜末爆香，加辣酱炒出红油，倒入鱿鱼大火快炒。“鱿鱼不能久，30秒到1分钟就够了。”王东强边颠锅边说，鱿鱼卷在锅里翻飞，边缘微卷，颜色从透亮变成奶白，再裹上红油酱色。他迅速加入生抽、蚝油、白糖调味，最后撒孜然粉和辣椒粉——“夜市风味的关键就在这两样。”出锅前再撒一把蒜末和香菜，香气瞬间炸开。

“鱿鱼最怕你怕它。”王东强笑道，“火要猛，手要快，你越犹豫它越老。大胆烧，反而嫩得很。”夹起一块鱿鱼卷，先是香辣汁水在舌尖炸开，紧接着是弹牙的韧劲——咬下去能感受到肉质纹理在齿间散开，脆、弹、鲜、辣四重口感同时涌来。洋葱的甜和青椒的脆恰到好处地中和了辣味，层次分明。“鱿鱼这东西，你给它大火，它还你一个爽脆；你给它小火，它就还你一块橡皮。”

04

爆炒花甲
朴素至简，鲜美至真

“要说夜市里卖得最多的，还得是花甲。”王东强指了指菜单上的“辣炒花甲”——“一天五六十份，便宜、好吃、下酒，谁都能来一份。”

花甲这种小贝类，最早只是海边人家的家常菜，后来大排档兴起，发现它便宜、易熟、吐沙干净后极鲜，用辣椒蒜蓉一爆炒，几分钟上桌，就这么从沿海炒到了全国。“花甲最关键的也是吐沙，”王东强说，“泡淡盐水滴香油，静置一两小时，然后反复搓洗外壳。烧开水放姜片料酒，花甲烫十几秒，壳微张就捞出——去沙又锁水，保证肉不缩。”

炒的时候，热油下姜片、蒜末、干辣椒段和几粒花椒爆香。“花椒不用多，几粒提个香。”香味一出，倒入花甲大火快炒。“花甲下锅后会陆续张开，汁水流出来——这个汁是精华，千万别倒掉。”沿锅边淋料酒去腥，加生抽、蚝油和一点白糖，撒青红椒圈和葱段，快速翻匀。从下锅到装盘，不超过3分钟。“花甲不能久炒，炒久了肉缩水变老，鲜味全跑。就要快，要猛，要那股‘镬气’。”

端上桌的辣炒花甲，壳红肉白，汤汁油亮。吃时先嘬一口壳上的酱汁——咸鲜辣在舌尖同时炸开——再挑出嫩滑的蛤肉，鲜甜回甘。最妙的是盘底汤汁，王东强说很多老客会要一碗米饭或炸馒头片，把盘底刮得干干净净。“花甲不贵不复杂，但就是让人上瘾。夏天晚上，吹着风，一盘花甲、两瓶啤酒，筷子不停翻——这种自己动手剥壳的乐趣，多少钱都买不来。”