

调味妙品,大海和时光的馈赠

本版撰文 朱家麟

鱼露是海物、心神、劳作与漫长时光合力,深度发酵酝酿的调味妙品。主要成分是鲜美的氨基酸,包括谷氨酸、天冬氨酸、苏氨酸等十几种呈鲜物质,以及各类复杂的风味物质。研究者从中分析出了124种挥发性风味物质,包括含氮物、含硫物、醇类、酮类、芳香族碳水化合物等等。

制作鱼露过程,第一步是选鱼。

选鱼时需要注意,要少用多油脂的品种,例如沙丁鱼,那样容易生成哈喇味。各地鱼露基料有异,福建作坊认为最好的是三角鱼,也叫达仔,即单鳍鲷、单角鲷一类的幼鱼,它们都属“剥皮鱼”,成寸左右,弃之可惜,遂借发酵转化它的蛋白。最普遍的是选用量大价廉的日本鳀、蓝圆鲹、沙丁鱼幼鱼,一斤数十条的小带鱼,甚至小鲳鱼。而广东一带,盛出的蓝子鱼成了主角。2019年,我去防城港考察鱼露制作,最享盛誉的一家作坊介绍用料是一寸来长的石斑鱼苗,听得我舌头差点掉出来。

选好鱼,将鱼类基料与占其总量五分之一到三分之一左右的盐混合,堆入发酵空间——地窖、水泥池或者缸瓮高盐腌制。盐加速了蛋白质水解,它会导致鱼细胞打开,从而释放出酶。鱼肉酶、微生物与风味物质协同作用,将蛋白质和脂肪降解为氨基酸。渗出汁液被抽出到容器长时间暴晒,逐渐化合通融为醛、酮、醇、酯等风味化合物。

至少暴晒数月的汁液,滤出、高温消毒,称上露。有些高档餐馆、富贵人家定制品用,除了指定上佳材料,要求晒制三年。秘密在漫长晒炼里,微生物分解鱼蛋白产生的挥发性脂肪酸,是鱼露最重要的风味成分。

抽出浸出液的原料,再加盐发酵一次,称为二露。

也有把余渣用盐水煮过,仅余些少鱼腥的盐水了,号称三露。

好的鱼露色如琥珀,澄澈而有光泽,腥臊的头味过后,带有基料风味的鲜美中香就明显呈露,尾香慢慢消弭香。在避光处,能在常温下保存数年。

我看过多个规模化鱼露作坊,冬日晴好的早晨,工人逐一揭开覆盖鱼露晒缸的竹编笠罩,用棍子打破那些在夜间上浮结为镜面的“盐镜”,让阳光射入缸底,加快风味的催化。

按国家行业标准,优质鱼露液态氨基酸含量须在0.9%以上。可惜的是,由于小杂鱼现在来源紧张,加上蛋白质解析为氨基酸在南方也需要半年光阴,有人就添加蛋白酶以加快分解。各种化学手段、成分介入“多快好省”地生产,于是各种半人造鱼露、假鱼露横行市场。

▼ 闽东三沙的一处鱼露晒场。一直到改革开放前,华南沿海几乎每个乡镇,都有一家以上的鱼露作坊。图为工人正在打开竹笠罩暴晒鱼露。



郭航 绘

鱼露之美

过去,鱼露在沿海贫穷人家,可以单独为菜——筷头戳两下它,就把一碗地瓜稀饭骗下肚。

它不但能调鲜、做咸,民间还知道,用鱼露炒菜鲜脆而易烂。

它也可以陪唱,做各种水鲜陆肉菜蔬与米面食的蘸汁。

它能与各味合唱,以强大兼容性,调和糖、醋、酒、辣、甚至胡椒之类辛香各味,相互补位,共同提高,融为悠长的酒性仙气,先从嗅觉入心,再经舌尖入脑,撩动你的五脏庙,催开胃口。

国家元老级的烹饪大师童辉星说,鱼露能隐入味道底层,非敏锐舌头,不能识出。许多人不知道,大名鼎鼎的闽南五香、腊肠或者烧肉粽,托底的香气就有鱼露之力。鱼露也是潮汕鱼生不可或缺的蘸汁成分之一。潮汕菜如今享誉华夏,核心秘密就一句话:猛火、厚脍、香腥汤,香腥汤即鱼露的美称。著名的生腌青蜆、鱼鲜打冷、卤鹅、猪脚冻、肉皮冻、粿条甚至新兴起的牛

肉丸,都逃不脱鱼露这点化妙味的魔汁。

福州是国内仅次于潮汕的鱼露重镇。闽菜大师陈崇业说,他做的乡厨菜品一半会用到鱼露。他说,用味精会麻口、餐后口渴,而鱼露没这些缺点,而且韵味悠长。



■ 厦门产的鱼露。1970年代东海鳀鱼盛出,厦门水产部门重建鱼露厂,最高年产450吨,除本地销售,还远销法国、德国、日本、东南亚。

链接

鱼露的世界版图

鱼露历史悠久,分布广泛。研究者近来认为,它像鱼钩、石沪,是多地人类应对相同问题不约而同的发明。

欧洲学者认为,以发酵办法贮存海鲜,起于1.15万年前末次冰河结束时期。气候潮湿了,加盐发酵替代干燥法,细小海鲜被加入10%至30%的盐在密封容器里发酵。盐控制腐烂速度和程度,也与原料中的蛋白酶和微生物共同作用,从基料里分解出不同组合的呈味氨基酸,建构不同风味,产生独特的鲜味和咸味。这些盐腌品会渗出汁液、甚至部分液化成鱼露。

两千年前与汉朝东西并立的罗马帝国,在地中海、北非和大西洋沿岸分布许多大型鱼酱工场,每年加工数百万公斤鱼类。比如西班牙一座工场,石制缸酿和盐厂占据三公里长的海岸。缸酿装满凤尾鱼、金枪鱼、银鱼、鲭鱼等鱼的内脏,与盐和香草交错层叠,在阳光下发酵几个月。浓稠的液体叫加鲁姆(garum),剩下的渣滓也可以出售。它们与醋、油、酒或胡椒混合,增强菜肴的风味,随罗马军队行进,鱼露稀释液甚至成为南征北战士兵给水、补盐、解乏的“腥味可乐”——鱼露中的谷氨酸是中枢神经系统重要的兴奋性神经递质。

2000年,西班牙濒临地中海的古城阿利坎特发现了一条两千年前的罗马沉船,满载大约1500个双耳细颈椭圆土罐,这些0.9米高的罐子就是装鱼露加鲁姆的。鱼露随着罗马帝国的衰落,产量接近停滞。如今只有葡萄牙、西班牙人仍制作这种酱汁。

国际著名饮食文化学者石毛直道说,亚洲的淡水鱼普及鱼露,可能起源于中国云南稻田渔业,沿河南下到中南半岛。

东南亚饮食对鱼露的高度依赖超乎一般人想象,我去马尼拉最大的水产批发中心,一公里外就被铺天盖地的鱼露味呛着了。

同样情况也发生在日本和朝鲜半岛,那里的部分区域依旧保留食用盐辛——腌制海鲜内脏和鱼露的习惯,朝鲜半岛的泡菜里,鱼露仍然是必须的调料。

