

# 好吃的春卷何处寻

● 张赛花

真想一口就把春天咬在嘴巴里。

但，在长沙的老口子眼中，真正好吃的春卷，藏匿于菜市场与老街小巷之中。

曾经，司门口天津小吃店油炸的春卷，喷香的手磨胡椒粉和滚烫的粉丝、韭菜，让多少好吃鬼在司门口排起长龙。

如今，天津小吃店的牌匾重新装裱，但春卷这道油货却消失在菜单上。

在老长沙人眼中，春天吃春卷就是尝新，吃的就是满嘴的香鲜，吃得就是满眼的翠绿。

经常拿起胶片机，穿梭于长沙街巷里的摄影师胡水骥告诉我，在华夏路岳林饭店旁边的一个走廊上，有个爹爹炸的春卷很好吃。

就摆在了一个居民楼的走廊上，这个十分简陋的油货摊，却惹来了一拨又一拨慕名而来排队的食客。

这个从娄底来长沙谋生的朱师傅，靠着自己的双手，在长沙炸了30余年的油货，近些年以腊肉春卷而名声大噪。

朱师傅告诉我们，长沙春卷不但要馅料新鲜，调味要正，其春卷皮的制作尤为重要。以前长沙的粮店、菜市场均有春卷皮售卖，可惜的是在市区的粮店已经越来越少、食品丰富的今天，油炸春卷已不再是主要的特色小吃了。

好在浏正街与东庆街交界处，有个叫黄文明的胖爹爹，还保留着其传统烙春卷皮的技术。每天早上，他会摆出一个火炉、铁板，在街边现场表演着烫春卷皮。我已好久未去东庆街，不知这里还有没有？

在当年的拍摄过程中，我与黄爹搭话，他讲这在铁板上烫烙的春卷皮，其面糊是用四分水、五成分面粉为最佳比例所调试出来的。并且，还要加入一小勺细盐和半勺植物油，这样在烫制过程中，不会出现粘锅，利利索索。

闲聊之中，黄爹迅速地扯下一团面糊，在手中来回甩动着，再往铁板上用力一擦，面糊不多不少地均匀摊开，成一个圆形薄饼。然后，手中甩动的面糊，往春卷皮上来回“粘”一下，粘去多余的面团粒，再快速一扯，一张热气腾腾又柔软得如同荷叶一般的春卷皮，摊到了一边的竹编里，摞起一堆。

另外，我们还在蔡锷北路学宫街与民主东街拐角处，也发现了一家手工烙春卷皮的早餐店。这家在此设摊多年，每到傍晚炸油条的夫妇吃完饭后，就摆出火炉开始烫春卷皮。

但，他们家的春卷皮主要是用以炸荷叶酥的，你要是路过可以进来点碗甜酒冲蛋和一个荷叶酥，这绝对是老长沙人喜爱的早餐。

不管是东庆街的黄爹还是学宫街的这对夫妇，在长沙手工烙春卷皮的店子已经越来越稀少了，甚至我们一度觉得这门手艺会逐渐消失掉。

其实，荷叶酥与腊肉春卷是两种不同的油货。并且，荷叶酥是以对折的方式油炸，而腊肉春卷是以对折两下，再在口子上对折一下，呈现出长方形的模样。从口感上来讲，荷叶酥更为酥脆，这与两种所烫烙的面皮皆有关联。

另外，以腊肉或叉烧肉、笋子、韭菜为主料的春卷，老长沙人又称它为腊肉春卷。

在热油里投入做好的春卷，朱师傅手上的火钳反复在油锅里翻动着，怕这滚烫的热油炸糊了春卷的外皮。

煎至两面金黄，立刻夹出来，在铁网上沥干油汁。油炸过后的春卷，要趁热吃，入口皮薄酥脆，越吃越香，让人感知到春天的清新与爽鲜。

# 春天第一口土龙是啥滋味



高压锅焖头茬春鳊 邹麟 摄

● 任大猛

湘江两岸的柳树不知萌芽了否？但长沙老饕们的味蕾雷达却已集体记忆苏醒——春韭香得能勾魂，香椿鲜得会说话，蚕豆嫩得拍出水……这场蓄谋已久的初春美食暴动，现在正在郊野餐厅上演舌尖上的春天。

**春菜爆火，抢先抢鲜**

长沙美食爱好者的朋友圈近几日突然切换画风：昨天还是东茅街茶馆的文艺青年，今天他们似乎全在晒青团子与腊肉藜蒿的艳遇，晒梅溪湖畔的半山厨·土菜研究院在春天秒变美食秀场，半山厨·土菜研究院老板莫迟瑕手持锅铲宣言：“我们搞的不是餐饮，是春味抢鲜先遣队！”半山厨要抢在市场前头挖出第一茬春笋，用土法炼出春鲜的原力，这个操作直接把“不时不食”玩成舌尖极限运动。

湘菜大师罗继湘告诉我们，现在长沙全城餐馆，尤其是郊野餐厅，纷纷推出各种各样的春菜，水芹、藜蒿、香椿、荠菜（地菜子）、地木耳是春天的“家常菜”，以主菜“红薯粉煨土鸡”在2025年初让“伊拉克网红老王”吃到眉闭眼闭的梅溪湖半山厨·土菜研究院，在这个初春推出了湖南头盘春菜——高压锅焖头茬春鳊。

## 头茬春鳊，丰腴味美

同行的摄影记者邹麟告诉我，前不久，他去望城拍摄茶亭春耕：犁铧翻起的不仅仅是肥沃泥土，更有大量肥鳊与泥鳅在翻过的红花草籽间蹦跳，白鹭等鸟纷纷飞来抢食。半山厨·土菜研究院的后厨在餐桌上告诉我，当下正是洞庭湖畔广阔田地春耕时节，头茬肥鳊正成批由乡农收集运往长沙郊野餐厅，我们所坐的半山厨·土菜研究院此刻餐桌所上的高压锅焖春鳊就是汨罗送来的头茬土鳊。这高压锅里的春鳊，肉质Q弹，鲜嫩肥腴，令人不由得想起一位著名美食家说过的“鳊鱼类似于甲鱼，有丰腴之美”的话，原来鳊鱼本身就是润而腴、软而嫩的啊。

葛洪在《抱朴子》中称鳊鱼为“土龙”，估计只有这样丰腴圆筒状的鳊鱼才能称“土龙”吧。同桌有位朋友谈起淮扬菜也有道名菜叫“龙虎斗”，就是鳊鱼炖猪肉。朋友说，我们就不要那个“龙虎斗”了，像这样用洞庭湖来的莲藕用高压锅炖头茬春鳊，已经足够美味，足够丰腴，完全不要再猪肉了，这已经是自带春季乡村防伪标识的时令美味了。

初春，长沙郊野，长沙人开始把春天吃成了动词——在青团子的糯香里打滚，用鳊鱼段的油润画句号，最后要以一杯谷雨前茶漱口……



扫描二维码  
看春菜抢“鲜”

食刻长沙



臭豆腐煨甲鱼味道醇厚 均为 邹麟 摄

组庵银鳊鱼狮子头

● 大猛

## 组庵春宴上主菜：臭豆腐煨甲鱼

春天，我们奔赴岳麓区岳华路映象潇湘（市府店），品尝长沙大宅家宴中的春宴是怎样的滋味。

在这家具有湖湘文化底蕴的餐厅中，店方想努力出品一桌组庵春宴以此欢迎在春天到来的我们。

主菜有组庵银鳊鱼狮子头，当年谭延闿（组庵）确实非常喜欢吃狮子头，在日记中有过多次记录，但银鳊鱼当时似未进入中国，这是一道创新菜品。

陆续端上浏阳酸菜小笋、野胡葱焖地木耳等春菜后，主菜老长沙臭豆腐煨汉寿八年甲鱼上桌了。

老长沙臭豆腐入菜，始于二十多年前的坡子街火宫殿总经理谭飞之手，当时谭飞总经理在火宫殿推出一味大烩臭豆腐，在干锅中臭豆腐与干发鱿鱼等三鲜融合，味美无比，引来不少游客称

奇。后来火宫殿又以臭豆腐煨筒子骨面世。但以老长沙臭豆腐煨汉寿八年甲鱼，并且以主菜出现，我确是头一次看见。之所以将这味菜作为春菜出现，想必是映象潇湘的老总雷筱芳熟读中国经典《礼记》，在《礼记》中甲鱼就是春季端上的主菜。在《谭延闿日记》中谭延闿确实多次写到，他食甲鱼，并且甲鱼与鱼翅同上。

## “洞庭虫草”与春天的味道

● 文/图 廖美丽

远是真的有蛮远，为了一桌“春天的味道”，我们驱车109.7公里，钻进沅江市一家叫“南洞庭湖湖鲜楼”的土菜馆。

车子进入沅江市，拐到了沅江最大的菜市场——湘北菜市场。河风从老码头吹过来，眼前忽然出现了一片片绿意欲滴的时令野菜，让一路坐车而浑浑噩噩的我们变得格外清醒和兴奋。



南洞庭湖出产的藜蒿。 均为廖美丽 摄

一路上，南洞庭湖湖鲜楼的老板郭哥，时不时地向我们介绍菜市场里有关湖南人喜爱的春天味道。

脚盆里活蹦乱跳的野生鲫鱼、鳊鱼、半边鱼，都是清晨鱼贩子从河边挑上来的；胡葱、藜蒿、蕨菜、春笋、水茛子、椿、水芹菜，沾着星星点点的雨露，嫩得可以掐出水来；顺应季节生长出来的新鲜蔬菜，让买菜的人眼睛发光，好像捡到了宝贝一样；屋檐下一群人正在手忙脚乱地扯藜蒿、剥春笋皮。



南洞庭湖出产的芦笋下到火锅中。

“其实，这些野菜在沅江到处都是，只要人勤快一点，你去河堤旁、稻田边，都可以找到，并且能采摘一大把。”

我们这群长沙人进入南洞庭湖湖鲜楼土菜馆，发现菜馆外观极土，当然沅江人对菜品的要求要胜过对餐馆的要求。

椿煎蛋、小炒蕨菜、豆豉辣椒炒水芹菜、口味河蚌肉、洞庭湖太极图、芦笋煮鳊鱼、水茛子粑粑……满满一桌16道春天的菜肴。

郭哥讲，春菜如马草，在春风雨露里疯狂生长的野菜，本身就是天然滋补，任何烹饪技巧在春天的面前，毫无施展之处。

并且，春天的味道就像百货商场里才推出来的新品，如果我们嘴巴张开的速度慢了，好多美味就会从饭桌上稍纵即逝。

翻了翻南洞庭湖湖鲜楼的菜单，并没有发现有关春天的时令菜。郭哥讲，这些新鲜的时令菜，老板是不会写在菜单上的，食客一来，想吃什么，都是从服务员嘴巴里报出菜单来的。

椿，这种香气浓郁的野菜，沅江人只采取香椿最顶上的那一撮嫩芽梢，洗净切碎，在打好“蛋波波”的瓷碗里搅拌，然后倒在铁锅里，双手提起锅边的把手，转一圈，香椿煎蛋便完成了。

饭桌上的豆豉辣椒炒水芹菜、小炒蕨菜等春天小菜，夹一筷子入口，满口油润香嫩，鲜美无比，肯定是胜过长沙高档餐厅的，不然，这满屋子长沙人是不跑来的。

来这里吃饭，芦笋相当于“洞庭虫草”，这种生长在南洞庭湖滩涂湿地上的美味，无论是凉拌、清炒、炖煮、下火锅等烹饪手法都可成菜。沅江人最喜欢拿它与春天的河鲜一起炖煮，还为此做出了不少的好菜。

在南洞庭湖湖鲜楼，郭哥就为我们准备了两种不同烹饪手法的芦笋菜，前者以干锅上桌，吃的是芦笋的香辣脆爽，后者以鳊鱼一同煨煮，吃的是芦笋的清香鲜美。

此时，来到这家土菜馆的长沙人还发现一味长沙没有的宜酒宜饭的菜肴，那就是眼前的韭菜炒鱼子粑粑。哪天长沙发现了这道菜，一定是这个春天才从沅江引进来的。

“讲文明 树新风”公益广告  
—— 文明健康 有你有我 ——

一菜一筷 一汤一勺

健康 · 卫生 · 文明

