



▲番茄丸子。



▲福州魚丸。



▲蟹粉獅子頭。

丸子百變大咖秀：有霸總，也有甜寵

獅子頭肥瘦比例，梁實秋和汪曾祺觀點各異

如果丸子也有「百變大咖秀」，會派出哪些選手？

「霸道總裁」：揚州獅子頭

揚州獅子頭，天生「自來捲」，帶著貴氣，凹凸有致；拿筷子戳它，不散不碎，如果抖落湯中，叫做「獅頭甩水」，活像個有性格的「霸總」。

獅子頭最傳統的揚州做法，要純手工細切，不能將纖維斬斷，還要做到肥瘦分離。肥肉丁的大小，像石榴籽兒，玲瓏剔透。而瘦肉丁的大小則如火柴頭，粒粒分明。

對於獅子頭的肥瘦比例，古今名人觀點各異。比如清代袁枚的《隨園食單》裡明確標識：「肥瘦各半，用纖勾勻」；而「細節控」梁實秋和「隨性吃貨」汪曾祺卻給出了完全相反的意見：

梁實秋認為：「七分瘦三分肥，不可有些須筋絡糾結於其間」；汪曾祺則說：「愛吃肥的亦可肥七瘦三」。看來鼎鼎大名如獅子頭也是衆口難調，比例調整還是按個人口味為好。

「瓷娃娃」：福州魚丸

色如白瓷，圓嘟嘟的臉蛋兒；又脆又彈，彷彿能直接跳進口中，像一個活潑調皮的「瓷娃娃」，這就是福州魚丸。

福建福州魚丸多以魚肉為表，豬肉為餡，一口下去，魚肉彈牙，肉汁滋嘴，讓人同時感受陸地和海洋的「雙廚狂喜」。而且個頭很敦實，足有半拳大小，讓人能吃到紮紮實實的大份量、大滿足。

福州魚丸用淡水魚和海水魚皆可。淡水魚以草魚和鮭魚居多，海水魚以鰻魚和鯊魚為主。鮭草魚丸味清淡，肉鬆軟；鰻鯊魚丸海味濃，彈性足，能滿足不同人群的口感需求，但做法都不離「剖魚剔骨，去皮刮肉，剝肉成泥，打漿攪拌」的十六字訣。

「豬豬男孩」：泉州貢丸

如果說福州魚丸是人見人愛的「瓷娃娃」，那麼泉州貢丸就是精緻的「豬豬男孩」。傳說在古時候，它是進貢給皇帝的丸子。

閩南話中的「貢」通「損」（gāng，捶打的意思）。用木槌把新鮮的豬腿肉反覆捶打，肉搗爛，去肉筋，還要加冰塊，因此貢丸吃起來更加有彈性，所以又叫「跳丸」。

「狂野派」：南煎丸子

南煎丸子觀之棗紅重汁，如棋子佈陣，與西式漢堡肉有些類似，頗有豪放的狂野氣概。而且不同於通常意義上的汆丸子、炸丸子，而是煎丸子。

「南煎丸子」的名稱來由，據說因其製作手法為南方煎燒，是謂南煎。傳聞時任直隸總督袁世凱位高權重，在直隸官府宴席中為避諱「袁」字，故命廚師將圓形丸子壓扁成棋子狀。在清代，「南煎丸子」在衆多直隸官府菜館中均屬招牌。

南煎丸子通常以二八比例的牛羊肉餡或

豬肉餡，加之切成小粒的藕丁（或荸薺丁），調入蔥花料酒攪拌，加料後把肉攪上勁，點上一點水，保持嫩度。

脫胎於魯菜的南煎丸子，融匯百家之長，已經屬於一個創新的菜系——「五方菜」。所謂「五方菜」，是指集中了東南西北中五方口味。

「彈跳高手」：潮汕牛肉丸

如果有一枚丸子，是實心的，卻能像空心丸子一樣，一咬爆汁，鮮到能讓舌尖有觸電之感的話，那麼這枚丸子一定是潮汕牛肉丸。

廣東潮汕牛肉丸為何會有如此驚艷的口感？第一是因為使用了未經冷凍的新鮮牛肉，第二在於堅持人工手打。牛肉在捶成肉漿的過程中，肌肉蛋白被抻長，肌肉纖維卻不拉斷，才造成了如此獨特的口感。

潮汕牛肉丸還分鹹淡兩派，潮州偏淡口，而汕頭則偏鹹。不管哪一派，經典吃法都是搭配粿（guǒ）條，蘸沙茶醬。吸溜一口泛著芹菜粒的牛肉清湯，咬一口潮汕牛肉丸，在嘴裡打一場乒乓。

「暗黑小王子」：邵陽豬血丸子

湖南邵陽的酒，叫鬍子酒，邵陽的丸子，是豬血丸子。湘中彪悍之地，豬血丸子在外人乍聽起來像暗黑料理，在邵陽孩子那，卻是飽含年味的鄉愁。

豬血丸子又稱血粬（bā）豆腐或豬血粬，據說 600 年前就有雛形了。用熟豆腐拌豬血和肥瘦肉，調入辣椒粉，先曬後煙熏。還可以摻入糯米，做成糯米豬血丸子。

豬血丸子舊稱「寶慶豬血丸子」。正宗「血粬豆腐」產於隆回縣北部一帶，而隆回「四都」地段獨具特色，稱為「四都圓子」。

豬血丸子可煎可煮，可炒可涮。具有極強的可塑性，像一位「暗黑小王子」，從重口味星球飛進尋常料理烹飪的世界，卻不喧囂奪味。

「素食三劍客」：洋芋、豆腐、蘿蔔

在西北大省甘肅，有一道家喻戶曉的丸子菜：洋芋丸子。西北有民諺曰：「甘肅洋芋菜，只吃洋芋不吃飯。」可見洋芋對於甘肅的重要性。

甘肅地區把製作洋芋丸子的過程，叫做「丸丸子」。將洋芋磨粉加入適量乾澱粉，少量麵粉，放入鹽、胡椒粉、大香麵等佐料攪拌均勻，用手滾成海棠果大小的圓球，上籠蒸煮 15 分鐘，一鍋白晳透亮、玉潤光潔的洋芋丸子就新鮮出鍋了。洋芋丸子既可趁熱吃，也可涼拌吃，加入蒜末辣椒醋，熱油一澆，入口柔潤爽滑。

豆腐丸子和蘿蔔丸子，雖然和洋芋丸子一樣，同屬素丸子行列，但是卻沒帶上特別鮮明的地域標籤，而是因地制宜，更偏重家常味道。每個地方，都有每個當地口味的豆腐丸子和蘿蔔丸子，慰勞天各一方的遊子，同此一握的鄉愁。

他鄉遇故知時，丸子火鍋涮出鄉音暢敘

「我行過許多地方的橋，看過許多次數的雲，喝過許多種類的酒，卻只愛過一個正當最好年齡的人。」如果沈從文是一枚穿越到現在的遊子，那麼這句唯美的情話，可以再插進一句「吃過許多超市的速食丸子」。

誠然，中國古典的「手作」丸子種類何其多，蔚為大觀，而有現代物流冷鏈加持下的「流水線」丸子，更是在生鮮超市的貨架上玲瓏滿目，令人眼花繚亂。

潮汕牛丸、牛筋丸、芋泥肉丸、撒尿牛丸、香菇貢丸、鱈魚丸、龍蝦球、魚籽寶、鹹蛋黃魚蛋、芝士魚丸、章魚丸、花枝丸、跳跳蝦丸……既可以「他鄉遇故知」時，火鍋裡

涮出鄉音暢敘；也可在寒冬時節，陋室煮物，暖暖一鍋。

在快節奏的現代社會，丸子以其便利性與時效性，帶給都市遊子一帖溫心和暖肚的安慰劑，但味道可以複製，鄉愁卻不能複製，真要說回味無窮、直擊心靈的丸子，還得是家裡的味道。

小時候，每到冬天，最盼望的是汆羊肉丸子。羊肉加薑末剁碎，調入蛋液增加嫩度。用小勺掙（kū āi）出一個個小丸子，落入翻滾的鍋中，出鍋只需點幾滴香油，撒點香菜。

作者 / 鹿鳴谷

本版圖文均據微信公眾號「地道風物」

葵花釧肉，古代的「網紅食物」

北魏「頭部公衆號」《齊民要術》的「小編」賈思勰一定沒想到，他的一次轉載，成功帶火了一個現象級「IP」——丸子。

原來賈思勰的前輩、美食「大V」崔浩曾寫過一篇爆文《食經》，裡面提到了「作鼓丸炙法」：「羊肉十斤，豬肉十斤，縷切之……合搗（dǎo，通「搗」），令如彈丸。別以五斤羊肉作臠（huo，肉羹），乃下丸炙煮之，作丸也。」

北魏三百年後，隋朝「頂流」楊廣有一次到江蘇揚州遊玩「打卡」，御廚以名勝「葵花崗」為主題做創意料理，名曰「葵花釧（chan，斬、切）肉」。

後來，唐代美食「網紅」韋陟又高仿了一版：圓墩墩的外形，「雄赳赳」的疙瘩，恰似石獅子頭頂的波浪捲，蠢萌可愛。據說，

這葵花釧肉便是獅子頭的前身。

而關於魚丸的記載，清代「探店達人」袁枚在他的美食攻略《隨園食單》中，專門開闢了一個欄目「水族有鱗單」，裡面有詳細做法：「用白魚、青魚活者……將肉斬化，用豆粉、豬油拌，將手攪之……加蔥、薑汁作團，成後，放滾水中煮熟撿起，冷水養之，臨吃入雞湯、紫菜滾。」

中國國土幅員遼闊，「三級階梯」西高東低，各地區都有自身獨特的降水、溫度以及光照條件。不同地域又有不同的民族、文化、風俗等。

小小丸子，就像調皮的「胃勿空」，從三級階梯蹦蹦跳跳走來，用它七十二變般的閃轉騰挪，為神州大地的味覺「元宇宙」，編織了一條條「區塊鏈」。



▲潮汕牛肉丸。