

最近上映的电影《菜肉馄饨》，引起不少朋友的热议，这部电影也反映了“上海文化的多元交融”。若说上海文化的多元性，我们不能不注意到苏北。老上海当中，籍贯苏北的不少——开埠后的上海亟需建设生力军；除了大量的劳动力来自苏北，百年来，沪人的餐桌其实也大受其惠。

苏北美馐传申江 上海馄饨菜香浓

苏北点心占据上海早餐半壁江山

记得小时候，苏北人沿街做大饼的特别多，长条桌，铁皮炉，大饼出炉，油条出锅，二者合一，早餐王道。那个香，那个可口，街头巷尾，人头攒动，是上海最常见的街景，谁不曾有过类似的口福体验就难以口称“老上海”。

然而大饼传入上海，到底是苏北移民，还是山东移民，历来争论不休。其实对这种北方著名面食，千百年来沉浸于稻鱼文化的江南人的确难以说清究竟。更遗憾的是，上海现在的大饼摊越来越看不到了，想过一次“大饼夹油条”的瘾还得手机搜一下门店，然后开车或打的过去。然而，这次在苏北遍地可见大饼油条“夹道欢迎”，尤其看到那些老师傅做大饼的手势，童年的记忆全部回来了：擀过的饼胚轻轻掂起，油性的饼胚微微下垂，然后一只大手对它“啪、啪”两下，换手就贴进了炉膛，再擀它一下……此情此景多么亲切！

须知，苏北大饼与山东大饼虽然同属北方面食，但在原料、工艺、口感和地域文化上差异甚大。首先，苏北大饼，起源于苏北宿迁、宝应，升华于高邮、扬州，然后遍及苏北大地。盖因高邮与扬州自古就要“侍奉官场”，故而做大饼不得不精益求精，往往采用优质面粉（必须北方冬小麦）“老酵面”发酵，面团松软有韧性。分“油酥大饼”“葱油饼”和普通大饼。口感外皮微焦、内瓤暄透，脆香酥软，民间称其“暄透透、筋拽拽、甜津津”。传入上海后，不但芝麻与油酥及葱花都加重了分量，而且顺应上海人的口味，发展了“甜大饼”，糖心，特别受小孩、女孩欢迎。

百年浸润，佐以油条的加持，苏北大饼已深度嵌入了上海的市民生活，顺便还收编了盐城的“老虎脚爪”和东台的“萝卜丝油墩子”，妥妥占据了上海的早餐半壁江山，毫无疑问，大饼油条的“倾

城之恋”是苏北大地献给上海市民最实在、最暖心的一份厚礼。

淮扬菜与上海菜有着深厚的历史渊源

“低头是浓油赤酱，抬头见月白风清”。惟江淮美馐才配享如此的意境，惟秦少游、汪曾祺的故乡才配享如此雅俗两宜的赞誉。

中国四大菜系之一的淮扬菜与上海菜有着深厚的历史渊源，上海大厦的淮扬菜被公认为“上海滩之最”，淮扬菜的精细刀工、炖焖煨烤等传统烹调法被上海菜吸收。近年来流行的“高邮汪豆腐”据说乃大作家汪曾祺首创，盐卤豆腐，双苋覆油，鸭血为辅，油渣飘香，传入上海后，改良为“蟹黄汪豆腐”，口感更鲜更滑。而软兜长鱼则是一道更著名的淮扬菜，起源于江苏淮安，兴盛于高邮，光大于上海，但进入上海后，淮扬鳝鱼菜更多以“响油鳝丝”或“炆虎尾”的面貌出现，上桌频频麻油激发香气，糖也加得更多，口感咸鲜、甜美、油亮、滑嫩。

至于驰名全国的扬州“狮子头”，一朝入沪就风靡百年，同样讲究刀工细腻、汤汁清亮、色泽温润；但海派做法一旦与苏北技法交汇后，将手工斩肉的“白烧为上”改为浓油赤酱的烹制方式，油炸后外脆里嫩，既承接了本地红烧轻油的腴美，又吸纳了淮扬狮子头独特配料（鲜肉、鲜藕、荸荠、蛋清等），更严格遵守淮扬的猪肉“肥瘦黄金比”，酱香甜蜜，别具喜庆灵魂。

上海的菜肉馄饨以馅料胜出

享用淮扬菜，最期待的餐后点心不是甜羹，而是著名的东台鱼汤馄饨，汤色乳白，猪肉馅心，由荣获巴拿马博览会金奖的东台鱼汤面变化而来。东台鱼汤馄饨与上海的菜肉馄饨最大的区别是它的“汤”——以野生鲫鱼、鳝鱼骨及猪骨熬制浓汤，首道汤以鲫鱼、鳝鱼骨煨煮后过滤，二次将鱼渣烘干煨透熬，三次混合猪骨、虾籽等佐料吊汤，经“三编三炒三滤”的工序使汤质浓醇，号称“天南海北最复杂的制汤工艺”。当地百姓常说：“吃

一碗，想三年”，故被老外惊叹为“天下第一奶汤”，其于2015年入选江苏省非物质文化遗产名录，所谓非遗“食力”，非同一般。

相较之下，上海的菜肉馄饨以馅料胜出，鲜肉与荠菜乃绝配，荠菜自带清新野菜香，能中和猪肉的油腻感；猪肉的油脂则软化荠菜的清涩，使馅料香滑不柴。而苏北的鱼汤馄饨则以汤胜出，“三编三炒三滤”的鱼汤与猪骨虾子汤一旦融合，既有浓郁的鱼鲜，又有猪肉的醇鲜，优化组合，堪称合璧。菜肉馄饨耶，鱼汤馄饨耶，一时瑜亮，各擅胜场。

据一些专家研究，上海人喜食的馄饨最初是从北方一路传到上海的，这当中应该也有苏北和安徽的影响。有朋友为我查了一些资料，这里做些比较。苏北馄饨元宝状，个头较大；上海的菜肉馄饨也呈元宝状，而小馄饨皮薄如纸，小馄饨更精致，大馄饨保留了实在感。苏北馄饨馅料以猪肉为主，调味简单；上海的馄饨以菜、肉、虾仁等多元组合，包括荠菜、青菜等，增加了本地蔬菜香味，层次更丰富。苏北馄饨汤底以清汤为主，注重原味；而上海的馄饨用猪油、虾皮、紫菜提鲜，汤底更复杂，适配不同的吃法。

有时我们不禁要想，如果没有苏北，没有宏富华彩的淮扬菜系的加持，上海人的餐桌将会多么寂寞。感谢来自苏北的美食，感谢电影让我产生的这些联想！（作者：胡展奋 身份：资深媒体人、中国作家协会会员、上海作家协会会员）

