

银鳞纤骨玄青纹 凌波出水尽翻腾

——鲻鱼记

□沛文 沐沐 郭杰

“千鱼万鱼，不如鲻鱼”，冬至节气至农历一月之间，是鲻鱼一年中肉质最为肥美的时候，滋味甚至“艳压”大多海鱼。在这段时间里，要是在普陀的老城区里city walk，常能看到有摊位在售卖新鲜鲻鱼和鲻鱼鲞。

本文就此延伸，讲述下鲻鱼的前世今生，以飨读者。

依据南宋《会稽志》记载的说法，之所以被称作“鲻鱼”，是因为这种鱼的躯体及背部布满暗黑色纹路，就像是穿了“缁衣（即黑色的帛衣）”。

鲻鱼这种鱼的别称特别多，从古至今可谓不尽其数。《晋书》称作“乌鰪”，南宋的《经筵玉音问答》称其为“子鱼”，明代的《陶庵梦忆》称其为“鰪”。福建地区将鲻鱼称作“海鲈”、广府人将其称作“乌头鱼”、辽宁地区的人们将其称作“鮳鱼”，台湾地区的人们将其称作“乌鱼”或“乌仔鱼”。此外，它还有九棍、葵龙、田鱼、脂鱼、白眼以及丁鱼等名称。这些令人眼花缭乱的各地叫法足以说明鲻鱼分布之广泛。其中，“子鱼”这个称法因为简单易记，直到如今依旧被我们舟山地区的人们普遍使用。

食用历史超过两千年

早在三国两晋南北朝时期，鲻鱼就已经是王公贵胄的“心头好”。由这种鱼烹饪的菜肴时常出现在他们的宴席上。东晋的《神仙传》、宋代的《宝庆四明志》和明代的《雨航杂录》等典籍都记载过这样一件事情：三国时期的吴王孙权曾经听说有位名叫“介象”的会稽籍方士，便邀请其见面。两人相谈甚欢，推杯换盏间，孙权询问家住沿海的介象哪种生鱼片最好吃。介象毫不犹豫地回答“鲻鱼为上”。孙权苦笑着摇头道：“鲻鱼出在东海，可望而不可及。”介象为了讨好这位国君，便找人在大殿中央挖了一口小坑，用于养殖鲻鱼。如今看来，该故事是否真实，尚待考证。鲻鱼能被养活在“小坑”里，更是令人觉得不可思议。不过这则故事确能反映的是，国人最早食用鲻鱼的历史能追溯到晋代。

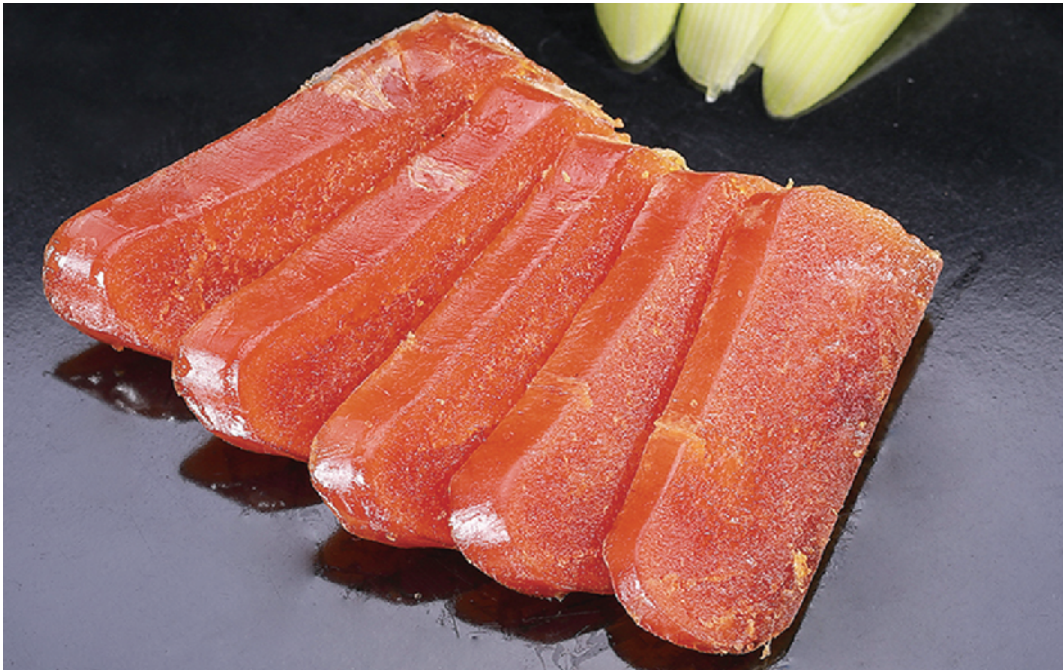
此外能佐证当时人们已经对鲻鱼已有所认知的，是西晋时期左思创作的《吴都赋》，描绘了他在东南沿海的亲身见闻：“长鲸吞航，修鲛吐浪，跃龙腾蛇，蛟鼉琵琶”。唐代的著名学者李善注释这段话时提到：“鲻鱼形如鲛，长七尺，吴会稽临海皆有之”。这其中盛产鲻鱼的“会稽”地区，包括了如今的舟山群岛一带。

宋代的美食文化颇为璀璨，加之由于捕捞技术的提升，人们也更进一步了解了鲻鱼的味美。记录北宋各式号称“天下第一”物产的典籍《袖中锦》，就列举到了“子鱼（即鲻鱼）”和“河鲀（即河豚）”，说明两者是彼时人们认为的“鱼中佳品”。北宋的《麈史》还记载东南沿海地区“鲜食最珍者，所谓子鱼（鲻鱼）者也，剖之子满腹，冬月正其佳时”。人们赋予了这种鱼籽满腹的海鱼以“多子多孙”的寓意，所以在婚宴、寿诞中，常将其作为礼品和供品。

美食家苏东坡也热衷于食用这种鱼，在《走笔谢吕行甫惠子鱼》一诗中，认为朋友将子鱼（即鲻鱼）不送给别人却送给自己，是情深义重的表现，尤为感动：“好事东平贵公子，贵人不与与苏君”。诗人梅尧臣对鲻鱼评价更是高：“南方海物难具名，子鱼珍美无与并”。

鲻鱼还深受皇室喜爱。南宋时期的《经筵玉音问答》中记载宫廷御食中有菜式名为：“蝴蝶醋子鱼（即鲻鱼）”。当时的笔记集《鹤林玉露》记录过宋高宗赵构的生母韦太后喜好食用鲻鱼，曾跟权相秦桧的夫人抱怨近段时间吃到的鲻鱼体型都不够大。这个故事侧面也透露出，鲻鱼在南宋时期已是皇家权贵菜肴中的“常客”。

明清时期的人们发现一年当中鲻鱼最肥美的时期有两个，除了冬至节气，就是清明节前后的桃花时节。他们认为，桃花时节 的鲻鱼鱼肉雪白柔软，滋味胜过同期的鲈鱼与鳊鱼。彼时的诗人 为此赋诗不少，例如明代官员孙升惦念家乡所产鲻鱼而作的“家在越州东近海，鲻鱼味美胜鲈鱼”、清代学者黄璋的“柳叶初齐杏叶长，几番红雨燕泥香。年来一事差较胜，东海鲻鱼得饱尝”、清代浙东籍文学家全祖望的“桃花落遍春水，一片红云弥漫。混鳞乘潮大上，新鲞未敢争肥”以及清代姚北文人景云的“鲻鱼佐餐胜鲈鱼，最好桃花泛浪初”等。



规模养殖始于五百年前

野生鲻鱼在我国的活动范围很广，遍及了所有海域，品种更是繁多。全世界的鲻鱼品种有 70 余种，而我国就有 20 余种。

受限于技术原因，古时候的人们对于海鱼往往“只捕不养”，然而鲻鱼是个例外。因为其属于“广盐性”鱼类，即在咸水、淡水中都能存活，这也是渔民们常在江河入海口捕捉到鲻鱼的原因。

发现鲻鱼的这种特性后，自明代开始，渔民人们就会在咸淡水交汇的港湾和滩涂上圈起池塘，这种池塘被称作“鱼塍”。纵然潮涨潮落会影响到“鱼塍”里的盐度，但鲻鱼并不会受到多少影响。因此，

“鱼塍养鲻”成为了渔人们首选的养殖模式。

明代黄省曾所著的《养鱼经》（也称种鱼经）有着最早确切记载鲻鱼的记述，其中提到了这种养殖模式：当时的人们开凿池塘，在仲春（农历二月）时的潮水中捕捞体长“盈寸”的鲻鱼养在塘中。等到秋天，就能收获体长“盈尺”的鱼，“腹背皆腴”。

鲻鱼并不如其他养殖的海鱼需要投喂小鱼小虾，其主要食物为浮游生物和淤泥里的有机物。清代光绪年间的《定海厅志》就指出其“性喜食泥”，并且不会残害同类：“凡海中鱼多以大噬小，惟鲻鱼

不食其类”。加之其患病率低、生命力顽强，说白了，就是“好养活”。

明清时期，我国东南沿海地区的人工养殖鲻鱼已然兴盛，浙江也成为了重要养殖区。到了上世纪八十年代初，我省的鲻鱼养殖面积已达 4667 公顷。九十年代，伴随着鲻鱼人工繁殖技术的重大突破，鲻鱼养殖又逐渐从港塍粗养走向了池塘半精养和精养。在我省南部地区，鲻鱼养殖到五个月左右即可达到商品规格。我省与广东、福建同时成为了国内池塘养殖鲻鱼的主产区。

也有很多养殖户选择不单养鲻鱼，而将其与别的水产“混养”来增加经济效益，例如与对虾、梭子蟹、

海参、蛤蜊及其他海鱼。有些养殖户甚至将其放入淡水池与四大家鱼混养。上世纪八十年代，舟山地区水产研究所还曾在我们普陀的虾塘里放养了鲻鱼，探索鲻鱼与对虾混养的途径，起初担心混养后，对虾会被鲻鱼吞食或对虾的饵料会被鲻鱼争食，结果发现两者习性各异且互不影响，还能够“友好相处”。

养殖户发现除了鲻鱼食用有 有机物碎屑，不会危害到其他混养的动物，还能吃掉其他动物的残存饵料，净化水质。鲻鱼活泼闹腾的本性，驱动其时常跃出水面或者集群吞食水面藻类，反倒能为养殖水域增加溶氧。



住绳子的另一端，将“罟”敷设在水中，等到鲻鱼游过渔网的上方，迅速提起网具，再用抄网将鱼捞起。这一套动作不算复杂，却极其考验捕鱼人的经验和耐心。

这两种捕获方式效率不算高，“鲻鱼脾气躁，离水只能跳三跳”和“鲻鱼骨骨跳”等渔谚指的都是鲻鱼有着脾性暴躁、活泼善跳的特点。清代光绪年间的《定海厅志》里有记载鲻鱼“性慧，不入网罟。海人以长网困之，俟潮

普陀人捕捉鲻鱼的方式

在舟山地区，野生鲻鱼种群的数量不算多。上世纪末出版的《普陀县志》当中就提到过我们普陀地区主要的鲻鱼品种为乌鰪和黄眼鲻两种，栖息于沿岸港湾、滩涂水面，常年洄游生育，活动区域较为分散，渔获量较少。无法大批量捕捞的鲻鱼，却成为了海钓爱好者鱼钩上的“常客”。

普陀的鲻鱼海钓点有不少，例如东极的东福山、西福山、黄兴岛、里甩（四姐妹屿）、外甩（两兄弟屿）、里洋鞍（北亭山）以及外洋鞍（东亭山）等处。海钓爱好者们常常会 选择鲻鱼喜欢停留的河口

以及内湾、码头附近作为钓场。2022 年 8 月 5 日，第二届“中国六横岛·国际海钓公园杯”全国海钓邀请赛上，有选手曾采用浮游矶钓法在比赛首日钓上了一条重达 3.81 公斤的鲻鱼。

笔者还曾在沈家门滨港路以及小岛码头上见到年纪较大的捕鱼人使用一种古老的“扳罟”方式捕捉鲻鱼。“罟”指的是一种方形渔网，用四根竹子搭成十字，分别绑住方形渔网的四个角，再用一条长竹竿，帮助四根 竹竿之间的交叉点，在这条长竹竿上系上一根粗绳。捕鱼人拿

烹饪方法及营养价值

清代光绪年间的舟山地方志《定海厅志》评价鲻鱼“肉厚、味美”。鲻鱼适合烧、煮、焖、炖、蒸、余、炸、溜、煎、烹、烤以及熏等各种做法，鱼肉可以切片、条、丁、丝，制饼、丸以及煲粥，还可以制成生鱼片，加工成鱼糜、鱼罐头。

各地做法也有差异，潮汕地区的人们所喜欢的“生炊乌鱼”就是清蒸鲻鱼配上蘸料豆酱，而“煎煮乌头鱼”就是将腌制后的乌头鱼，配以佐料煎炸。江浙一带的人们喜欢清蒸或者清炖鲻鱼，这样烹饪出来的鲻鱼鱼肉嫩如豆腐、汤汁鲜甜、香气扑鼻。我们普陀地区的人们还喜欢将鲻鱼制成鲻鱼鲞或者

直接红烧食用。

在老饕的眼里，全身都是宝的鲻鱼最为珍贵的是卵巢和鱼籽，人们很早就发现晒干的鱼籽风味尤盛，《麈史》就提到鲻鱼“剖之子满腹，冬月正其佳时”。鲻鱼的鱼籽经过渔人放血、盐渍、紧压、晾晒等一系列加工工序后，入口变得醇厚绵密。如果加以炙烤，表皮微焦，更是滋味万千。日本人还因为加工后的鲻鱼鱼籽像极了一颗墨，将其称之为“唐墨”。

除了鲻鱼鱼籽外，鲻鱼的球形胃部吃起来口感与鸡胗同样爽脆，所以被称为“乌鱼胗”或“乌鱼肫”、“乌鱼腱”的。上述的鲻鱼鱼籽、

“乌鱼胗”与雌性鲻鱼的“乌鱼鳔（即精巢）”一同被称为鲻鱼“三宝”，市场售卖价格甚至超过了鲻鱼鱼肉本身。另据南北朝时期的综合性农学著作《齐名要术》记载，鲻鱼的鱼鳔也可以制成花胶，成为美容养颜的补品。

鲻鱼营养价值极高。南宋时期的《宝庆四明志》就提到鲻鱼“食之令人身健”。传统医学认为，鲻鱼味甘、平、无毒，开胃，通利五脏，与百药无忌。现代医学研究表明，其鱼肉富含蛋白质、脂肪酸、B 族维生素、维生素 E、钙、镁、硒等营养元素，对脾虚、消化不良、小儿疳积及贫血等病症有一定疗效。