

江阴河豚记

| 王荣方 文 |

1

河豚，古名叫“赤鲑”，《山海经·北山经》中早有记载：“又北三百二十里，曰敦薨之山……敦薨之水出焉，而西流注于渤海。出于昆仑之东北隅，实惟河源，其中多赤鲑……”但人们不食用。人们食用河豚，始于汉代，东汉名医张仲景在《伤寒杂病论·金匱要略》中有记载，但不是作为食物食用，而是作为药用，因为河豚有滋补肝肾、祛湿止痛的功效，还可治疗皮肤瘙痒、疥癣。

真正把河豚作为食物食用，始于宋代。到了宋代，古代农业生产力已较发达，丰富多样的食材，为人们追求食物精细化提供了条件，因而在达官贵人、缙绅士人的追捧下，食河豚遂成为一种时尚，尤其在吴地。

说到河豚，有些问题须说明。据宋代《江阴军志》记载：苏州词人叶少蕴在其所撰的《石林诗话》中这样说：“欧阳文忠公（欧阳修）记梅圣俞（梅尧臣）《河豚》诗‘春洲生荻芽，春岸飞杨花’，破题两句，便道尽河豚好处，谓河豚出于暮春，食柳絮而肥，不然。今浙人食河豚，始于上元前，江阴最先得。方出时，一尾值千钱，然不多得，非富人家预以金啖渔人，未易致。二月后，日益多，一尾才百钱耳。柳絮时人以不食，谓之‘班（斑）子’，或言其腹中生虫，故恶之，江西人始得食。公吉州人，所知者江西事也。”

叶少蕴这段话包含这样几层意思：一是梅尧臣关于河豚出于暮春，是靠吃了柳絮才长肥的说法是错的；二是浙江人在每年正月半前已吃河豚，而江阴人还要早于浙江人，也就是说，江阴人是吴地每年最早吃河豚的人；三是河豚刚出市时，一条河豚要卖千文钱，还不容易买到，如果不是大户人家预先付给打鱼人定金，是买不到的，但到了二月后，河豚就多了，价钱也便宜了，一条仅卖百文钱；四是到柳絮飘飞时，江阴人、浙江人已不吃河豚了，说是河豚肚里有虫，都讨厌它了，而江西人正开始吃河豚；五是欧阳修是江西吉州人，只知道江西人吃河豚的事，而不知江阴人、浙江人吃河豚的事。故明代嘉靖版《江阴县志》载：“河豚鱼，一名鲑，立春出江中，盛于二月……”

历史上，为什么江阴人是吴地每年最早吃河豚的人？

这与江阴所处的地理位置有关。

大约5000年前，长江入海口还在镇江的焦山一带，随着持续的江进海退，到公元220年左右，长江入海口东移至江阴鹅山一带，所以，江阴有“江尾海头”之称；晋唐时期，长江入海口又东移至常熟的黄四浦（今在张家港市东南的塘桥镇境内），它是一条南北向的直通江海的主干河道，亦地处“江尾海头”，而浦口西则地属江阴。

中国以立春为春季的开始，每年阳历2月初太阳到达黄经315度时为立春。人们又把立春节气的15天分为三候，即“初候东风解冻，二候蛰虫始振，三候鱼陟负冰”。到了三候时，水面厚厚的结冰开始融化，水底的鱼儿迫不及待地要浮到



水面上呼吸氧气，感受春天的气息。同时，到了立春时节，万物萌生，鱼类的性腺进入活跃期。淡水中的鱼类尚且如此，何况生长在大海中的河豚？于是，立春时节，河豚开始进入长江产卵，而地处“江尾海头”的江阴打鱼人也就第一个捕到河豚，因而富户大家的江阴人，也就第一个吃到河豚，待到江西人吃河豚时，在江阴河豚已过时了。

2

河豚是暖水性海洋底栖鱼类，具有江海洄游的生活习性，在我国有30多种，常见的有黄鳍东方豚、虫纹东方豚、红鳍东方豚、暗纹东方豚等，其中暗纹东方豚最为名贵，味道极为鲜美，与鲑鱼、刀鱼并称为“长江三鲜”，而江阴河豚就是暗纹东方豚，状如蝌蚪，大者长尺余，腹白，背青黑，有黄纹。

历史上，江阴河豚极负盛名。北宋有个自称“太平老人”的文人，写了一部随笔集《袖中锦》，开篇就这样记载：“天下第一：监书、内酒、端砚、洛阳花、建州茶、蜀锦……江阴县河豚、金山咸豉、筒寂观苦笋……皆为天下第一，他处虽效之，终不及。”元末明初至民国，该书先后被收录于由元末明初学者陶宗仪编著的文言大丛书《说郛》，由清代曹溶编写的中国大型丛书《学海类编》，赵吉士撰写的笔记体著作《寄园寄所寄》，由邓之诚撰写的学术性著作并于1926年11月由北京富文斋和佩文斋联合发行的《骨董琐记》，王云五主编的并于1935年由商务印书馆出版的《丛书集成初编》等典籍。这些典籍都公认江阴河豚“天下第一”。

江阴河豚之所以“天下第一”？因为江阴河豚最肥。河豚最肥的时间，不是在清明前后，而是在立春三候时，在产卵前。河豚也不是吃了飘坠的柳絮长肥的，它以蛤蜊、牡蛎、海胆为食。河豚也不是在进入长江后最肥，而是在咸淡水相交处，而江阴恰好地处“江尾海头”，所以江阴河豚最肥。

由于江阴河豚最肥，因而其味道最鲜美，也极富营养。据科学测

定，现在人工养殖的河豚的鲜味——氨基酸（谷氨酸、天冬氨酸、丙氨酸、甘氨酸）的含量为7.05%，高于其它淡水鱼类，故其味道极为鲜美。同时又极富营养，在100克河豚鱼肉中蛋白质含量高达18.7克，而脂肪含量仅为0.26克，是鱼类中脂肪含量最低的；河豚鱼肉中还含有丰富的维生素B1、B2，以及硒、锌等多种有益的微量元素。人工养殖的河豚尚且如此，何况野生的江阴长江河豚？

“长江三鲜”中的鲑鱼、刀鱼，人们无论怎么烧法，只要烧熟，但吃无妨，惟有河豚，特别讲究烧法，否则，正如陶宗仪在《南村辍耕录·卷九》中所云：“烹制不精，则能杀人。”为何？因为河豚中具有河豚毒素。现代医学研究证明，河豚毒素包括河豚素、河豚酸、河豚卵巢毒素和河豚肝脏毒素，是自然界中最剧烈的毒素之一，其毒性相当于氢氧化钾的1250倍，一个70公斤重的人，只要吃16毫克含量有毒的河豚，就会在短时间内毙命，因而人们如对河豚处理不当或误吃了有毒河豚，即会引起中毒甚至死亡。

既然河豚毒性这么剧烈，那么怎么烹饪才能祛毒？宋代的张师正在《倦游杂录》中说：“齏其肉，杂蒟蒻、荻芽，淪为而羹。”宋代的张耒在《明道杂志》中记载：烹煮河豚“但用蒟蒻、荻芽、荇菜三物，而未尝见死者”。清人朱彝尊在《鸳鸯湖棹歌》一诗中道：“听说河豚新入市，蒟蒻荻芽急须拈。”看来，自宋代起，苏浙大多数地方烹制河豚的传统厨艺是“杂蒟蒻、荻芽，淪为而羹”。

河豚有毒，但不是每个部位都有毒，一般来说，河豚的卵巢含毒量最多，肝脏次之，血液、眼睛、鳃、皮少许，鱼肉中则不含毒素。因此，江阴人烹饪河豚，特别讲究“到手识雌雄，破腹下刀轻；五脏要辨明，污血漂洗清；火候解毒素，分档必先行”；同时还必须做到有专人负责，有专用烹饪间，有专用器具、工具，有专人处理河豚下脚料，祛毒主要靠“火候”。

河豚的美味，河豚的剧毒，将“极美”与“极恶”融于一身的“外美内毒”的河豚，令多少人血脉偾张，前赴后继，“拼死吃河豚”！苏东坡

谪居常州时，有一个士大夫请他到家里去吃河豚，想听听“苏大人”对河豚美味的赞美，谁知，苏东坡只顾大快朵颐，不言一语，直到饱嗝连连，才说“也值得一死”。闻者无不雀跃。中国图书馆之父、方志大家、江阴人缪荃孙，在其总纂的民国版《江阴县续志》中如是说江阴人吃河豚：“……吾邑人尤癖嗜（河豚），虽间有中毒者，弗顾也。”

为了吃河豚，人们为何连死都不怕？

因为“食得一口河豚肉，从此不闻天下鱼”。

3

河豚并非一年四季都有，也不是想吃、敢吃的人能吃到的。每年的阳春三月，当大批量河豚上市时，也只有沿江的江阴渔民、乡绅、官吏等少数人才能吃到河豚，大多数人是吃不到的，原因有二，一为吃不起，二为不会烧、怕中毒。

历史上，长江江阴段每年渔汛时就是渔场，因而河豚的捕捞量是比较大的，特别在20世纪50年代，长江河豚捕捞量达到历史峰值，最高年份为1955年，捕捞河豚达12.25万公斤。那时候，江阴沿江地区的渔民，家家吃河豚，户户会烧河豚，且从未因吃河豚中毒死过人，而其他地方则频繁发生吃河豚中毒事故。于是，中共中央华东局有关部门下发文件，规定东起上海崇明长江入海口、西至安徽马鞍山这一区域内的渔民所捕捞到的河豚，统一交由江阴的利港、申港、黄田港、韭菜港、石牌港5个定点地方收购、供应（出售烧熟的河豚）。因此，很多外地人或坐车、或坐船到江阴5个供应点购买烧熟的河豚，一碗烧熟的河豚5角钱。由于过度捕捞，到1976年时，捕捞河豚仅有数百公斤；1991年3月，江阴发生一起河豚中毒事故后，除有关部门加强餐饮业管理外，再由于长江河豚资源几近枯竭，自此起餐桌上再也难见河豚了。

1995年5月，江阴申港人郑金良，雇了一条船在长江里追寻河豚亲鱼，终于在崇明岛找到，花4.5万元买回11尾河豚亲鱼，进行人工繁殖试验，获得成功，并主持制定江苏省人工繁育、养殖河豚地方标准。在此基础上，他又研究河豚的烹饪，既传承传统的河豚烹饪方法，又融入现代调味作料，烧出来的河豚味，与野生长江河豚味相差无几。“江阴河豚”成功注册为国家地理标志证明商标。2004年，郑金良在河豚养殖基地东边，建起河豚渔村大酒店，形成河豚繁育、养殖、加工、烹饪的完整产业链，迎来八方宾客，生意红火。在他的指导与带动下，江阴人工繁育、养殖河豚产业已具规模，因而江阴人能天天吃到养殖河豚。

随着时代的发展进步，江阴人烹制河豚的方法也日渐丰富多样，除传承传统的红烧河豚外，还创新了黄焖河豚、白汁河豚、滑溜河豚鱼片、河豚鱼刺身、五香河豚鱼籽、河豚鱼片炖蛋、河豚三宝（河豚皮、河豚肝、河豚精巢）等10余种烧法，不断满足富起来的人们舌尖上的需要，体现了守正创新、兼收并蓄、追求卓越的江阴性情。