



嵩溪古村



浦江东街



嵩溪古村



“江南第一家”

红人堂·傅倩倩
行走浦江

两日阅尽千年

如果说江南是一本装帧精美、诗情画意的线装书，那么金华浦江，便是其中墨香尤浓、意蕴尤深的一章。此行，我将带你从世家宗祠走到市井巷陌，用两日时间，享受一场与时间对话的漫长冥想。

旅程的序幕，在“江南第一家”缓缓拉开。脚步踏入那片庄严的九座牌坊建筑群，时光仿佛瞬间倒流。

这里不仅有一个家族十五世同居、绵延三百余年的传奇，斑驳的匾额和严谨的布局，更在诉说着“家和万事兴”的古老智慧。

带着这份历史的厚重感，我们登上了城中的塔山公园。立于山巅，凭栏远眺，整座浦江县城如同一幅徐徐展开的画卷。现代楼宇与传统民居交错，生命的活力在阳光下熠熠生辉。

在嵩溪古村，历史不是被瞻仰的，而是被生活着的。虽说它是入选中国第一批传统村落的历史文化村，但不同于其他出名的古村，这里宁静而又深厚。它不曾被“博物馆化”，老人们坐在自家门口，用淡然的目光打量着过往的游客。

最令人称奇的是，有一条溪水竟在房屋之下悄然穿行，只闻其声，不见其形——这何尝不像古村的生命力？表

面静谧，内里却奔流不息。

暮色四合，我此行的终点，落在了“浦江东街”。如果说之前的旅程是一场精神的慰藉，那么此刻，便是一场感官的盛宴。

老街被温暖的灯火唤醒，食物的香气构成了最诱人的空气，充满锅铲碰撞的铿锵、小贩吆喝的洪亮、食客谈笑的欢畅。

我寻了一张小店外的方桌坐下，点了一个刚出炉的浦江麦饼。饼皮被烤得焦黄酥脆，咬一口，内里咸香的菜馅混着热气涌出，简单却有着抚慰一切疲惫的力量。

浦江板凳龙是一种民俗舞蹈，也是国家级非物质文化遗产之一。你看，在街头，随着领舞者震天一声“嗨呀”，绵延几十米的龙灯随之腾跃舞动，几十名舞龙者的呼应响彻天空。

此行浦江，我寻见的，不只是一处处风景，更是一缕从千年之前飘来、至今仍袅袅不绝的人间烟火。

它渡我至此，见天地，见历史，最终，见人间。



扫描二维码可欣赏全文

红人堂·胡芬琴
三鲍鲞鱼，“三抱来鱼”

“风鳗吊带，鲞鱼呛蟹。”“带鱼吃肚皮，鳗吃皮，三鲍鲞鱼不去鳞。”——宁波童谣里藏着“咸海货”的特点：咸鲜合一。无论是红膏呛蟹、醉泥螺、红烤虾，还是透鲜蟹糊，都是如此。

如今，随着养生观念兴起，宁波传统的咸味海货正在被淡化。逢年过节餐桌必备的咸呛蟹，甜丝丝的，早已不是从前一只蟹脚就能下一碗泡饭的咸蟹；就连路边曝晒、“用盐做成”的龙头烤，也成了酒席上咸甜相间的“一口酥”。不过，也有些咸海货历经岁月，风味不改，比如三鲍鲞鱼。

宁波人称新鲜鲞鱼为“鲜白鲞鱼”，惯常做法是不去鳞清蒸，鳞软可嚼，出锅时银光闪烁，鱼汁浮着清亮油脂，脂丰肉嫩，鲜美非常。但在我眼中，如此一条鲞鱼仅这般享用，实在有些“委屈”。因为经过特殊加工的三鲍鲞鱼，才真正释放出它独特的风味——那种鲜中带咸、咸中蕴香的滋味，令人食之难忘。

小时候在农村，水产店里虽常见三矾海蜇、三鲍鲞鱼，但在那个米、油、肉、糖都要凭票的年代，又有几户农家舍得买动辄四五角一斤的高档咸海货呢？于是老家在舟山的母亲另辟蹊径。她得知，海岛上的渔民船舱里储满咸海货，却缺“自种出”的“地作货”。于是母亲们一起来了个渔家农家自愿“联姻”，物物交换“互市”互利。

刚出梅雨季，她们便肩挑背扛，赶往舟山，箩筐里装着沉甸甸的萝卜干、茄蚕、芋艿蕻干等农家干货。晚上，这种被称为“兑”的成果，便出现在我家餐桌上。昏黄的美孚灯下，不仅有龙头烤等大众型“咸海货”，更让人眼亮的是淡棕色的海蜇头和散发着奇香的咸鲞鱼。

那鲞鱼只是一截两指宽的鱼身中段，却也显出不凡的身价。鱼鳞细密，鱼肉暗红，碗底卤汁里还拌着海蜇丝。我不禁赞叹：“这鲞鱼真香啊！”母亲被海风吹得黝黑的脸上绽开笑容，一口白牙格外醒目：“这可不是普通的咸鲞鱼，这是‘三鲍鲞鱼’！”

那时我只知鲞鱼有咸、鲜两种，却不懂同样用盐腌制，还有高下之分。渐渐地我明白了：就像

同一棵茶树能制成红茶与绿茶，普通咸鲞鱼与三鲍鲞鱼虽食材相同，却因工艺不同而风味迥异。前者表色灰白，质地硬实，味鲜却缺浓香；而打开三鲍鲞鱼的坛盖，一股鱼香扑鼻而来，鱼身黄褐，干中带软，肉质厚实，令人舌尖生津。

后来一次聚餐中，席间一道三鲍鲞鱼和舅舅们的讲述让我对它有了更深的理解。普通咸鱼一次用盐即可，用盐量也不宜过大，不然鱼会有咸苦味而无法入口，而三鲍鲞鱼须经三次腌渍：首次施盐即“一鲍”，将盐从鳃孔灌入鱼腹，全身擦盐，叠放缸中，压上竹帘和海边捡回来的带着咸味的大鹅卵石；两三天后滤去血水，进行第二次腌渍；一周后取出，第三次灌盐、擦盐，再腌一个月方成。

我不禁好奇地掀开舅舅家的腌缸，只见鲞鱼裹着厚厚的盐，静静躺在缸中，仿佛酣睡。

母亲曾告诉我，因为“鲍”与“抱”谐音，以前渔民出海前，必以鲞鱼祈求丰收，寓意“三抱来鱼”。宋代《雅俗稽言》与明代《本草纲目》都记载，鲞鱼“为味美珍饈，常作为贡品，其肉可治慢性腹泻，软鱼鳞可治疝症”，还具有开胃健脾、补虚益气的功效。

可如今，市场上已少见这道美味。一道传统菜肴，承载一段历史；品尝它的美味，领略一方风情。至今我仍会将偶得的三鲍鲞鱼珍存冰箱，想起时切下一段，敲只土鸡蛋，淋上黄酒蒸熟，筷子一挑，细腻开胃，滋味悠长……



“江南第一家”

攻略 Tips:

1. 推荐路线:

第一日：“江南第一家”→塔山公园→龙潭古寺

第二日：嵩溪古村→浦江东街

2. 小食：浦江麦饼、米筛饼、馄饨

3. 古村、古街会比较费脚力，穿轻便的鞋子；拍照可搭配汉服、旗袍等，会更加出片哦



浦江板凳龙

