

典籍寻味：泉州古早美食的文化密码



传统饮食文化的发展过程丰富而精彩，但多缺失史志地情书籍的记载，使得人们时常需要借助口头传说来重构美食的历史。这种情况在全国各地普遍存在，泉州也不例外。

近年来，泉州市鲤城文史学会会长、泉州市美食产业促进会美食文化专业委员林建强深耕典籍考证，拨开民间美食传说的迷雾，让土笋冻、润饼菜、芒果蘸酱油等泉州美味的前世今生逐渐清晰。这些文献中的饮食印记，一定程度上还原了美食的发展轨迹，更串联起泉州人的美食记忆与文化传播。

□融媒体记者 张君琳/文 受访者/供图(除署名外)

润饼菜 春盘演变承节俗

关于润饼菜的起源，泉州民间流传最广的说法与明代同安才子蔡复一有关。相传蔡复一因遭奸臣陷害，被皇帝要求在49天内抄写完九大箱朝廷文书，否则以抗旨论处。为了完成任务，蔡复一废寝忘食，昼夜双手齐书，抽不出时间吃饭，蔡夫人就想了一个妙法：将面粉调成糊状，在热锅上抹出薄如蝉翼的面皮，再把各色菜肴切细炒熟，用面皮卷成圆筒状，亲手喂给蔡复一食用。林建强表示，这样的传说充满温情，但据考证，蔡复一仕途平顺，仅有一次因属下兵败自请处分，“双手喂饼省时间”的说法也缺乏合理性。而类似与名人相关的美食叙事在全国各地屡见不鲜。

林建强谈到，追溯润饼菜的源头，不能不提古代立春日的节令食品“春盘”。

在很长一段时间里，人们常将泉州的“清明糕”与“润饼菜”都列为清明节食品，认为二者都是寒食节习俗的遗存。但考证后发现，二者的文化渊源截然不同。寒食节起源于春秋时期，为纪念隐居绵山被焚的介子推，晋文公下令禁火三日，百姓只能食用冷食，由此衍生出北方的“子推饼”，苏州的“冷丸”等节令食品。泉州的清明糕亦是如此，清末《温陵岁时记》记载，清明时节泉州农家会用新麦磨粉，或和糖做丸，或包豆沙为馅，外裹宣纸制成“脚目糕”，馈赠亲朋、祭祀祖先，是典型的寒食节冷食传统延续。由于寒食节与清明节时间相近，随着时代变迁，寒食节逐渐被清明节吸收融合。

而润饼菜的前身“春盘”，则与立春日“咬春”习俗紧密相关。春盘以韭黄、果品、饼饵等簇盘而成，既是迎春尝新的美食，也是亲友间的馈赠佳品。南宋诗人杨万里在《郡中送春盘》中写下“饼如茧纸不可风”，生动描绘出春盘薄饼的特质，与如今泉州润饼皮“薄如蝉翼”的特点一脉相承。宋代黄庭坚亦有“韭黄照春盘，菰白媚春菜”的描写，记录了春盘食材的搭配风尚。至明代后期，泉州春盘已形成地方特色，万历年间进士何乔远在诗中提到“何物春盘伴嚼冰？海苔乾剪细菱菱”，可见当时泉州人已将海苔加入春盘，且此时的春盘仍为冷食，与清明糕“怀念先人”的悲情内涵不同，春盘承载的是“尝新迎春”的喜悦，古人认为“咬春”还能“却春困”，这一习俗在清代《燕京岁时记》中亦有记载。

林建强在史籍中发现，明代后期泉州润饼菜仍称“春盘”，而“润饼”之名最早见于清代台湾《安平县杂记·附风俗考》中记载：“三月三日，共制润饼，以祀祖先，曰‘三日节’。凡漳州及同安之人，流寓台地者，做三日节，余均做清明节。”这一记载不仅明确了“润饼”的名称，也揭示了其与祭祀活动的关联，说明润饼菜与清明节的关联，是从清代开始的。

林建强指出，更重要的是，清代润饼菜完成了从“冷食”到“热食”的转变。在古代物质条件有限的背景下，祭祀用的猪肉、豆干、萝卜、高丽菜等食材，祭祀后往往已凉透，直接食用口感差且易伤肠胃。泉州人便将这些食材回锅加热，意外创造出风味独特的“大杂烩”。加热过程中，萝卜越煮越软烂，鲜味充分释放，成为润饼菜的美味灵魂；茼蒿的清香、花生碎的浓香、白糖的甜香与海苔的咸鲜交织，形成层次丰富的口感。这种饮食智慧，让润饼菜的滋味更上一层楼，也使其逐渐取代春盘，成为泉州人餐桌上的新宠。

如今，润饼菜早已突破时令限制，成为泉州人随时可享的家常美味。不仅如此，它还随着泉州人的脚步走向世界，成为连接海内外游子的乡愁纽带。在台湾地区，润饼菜的做法与泉州几乎一致，是饮食文化“两岸一家亲”的最好阐释。在东南亚、欧美等华侨聚居地，润饼菜慰藉着游子的思乡之情，也成为向世界展示泉州美食文化的窗口。

从古代的春盘到现代的润饼菜，从市井小吃到城市美味，润饼菜以独特的方式记录时代的变迁，传承文化的记忆，这或许就是泉州润饼菜历经千年而魅力不减的奥秘所在。



润饼菜早已突破时令限制，成为泉州人的家常美味。(CFP 图)

土笋冻 易名干载承古艺

土笋的学名叫“星虫”，泉州人叫它“海蚯蚓”。林建强介绍，土笋在古籍中有多种名称：沙箸、沙蒜、沙嘴、涂笋、泥笋、海蒜、海蚕、涂蚕、涂蛆……清代《福建通志》里记载：“土笋，生于海滨，形如蚯蚓，冬月生，一名沙嘴。”

唐代刘恂《岭表录异》关于“沙箸”的记载是目前发现最早关于土笋的文献记录。书中写道：“海岸沙中生，春吐苗，其骨白且劲，可为酒筹。”文中还详细描述了采集沙箸需要“轻步向前拔之；不然闻声遽缩入沙中，不可得也”。可见当时人们已知挖土笋时须轻手轻脚，稍有动静它就会钻进沙子里，这与现在泉州人挖土笋的方法几乎如出一辙。在古代，筵席饮酒一轮谓之一巡，用筹子记巡数，称之“酒筹”。沙箸在当时有时候可能没有作冻而食，而是晒干作为计数的“筹”使用。

明代，福建盐运司同知屠本峻的《闽中海错疏》里写：“泥笋，

其形如笋而小，生江中，形丑、味甘，一名土笋。”谢肇淛在《五杂俎·卷九·物部一》记载：“又有泥笋者，全类蚯蚓，扩而充之，天下殆无可食之物。”可见那时的土笋冻作为“扩而充之”而成“天下殆无可食之物”的辅助性粮食，成为闽地常见食材。明代末期，周亮工在《闽小纪》里赞道：“余在闽常食土笋冻，味甚鲜美，但闻其生于海滨，形类蚯蚓，终不识作何状。”字里行间流露出对土笋冻滋味的喜爱。

到了清代，《台湾通志·物产篇》引用《岭表录异》的记载时，进行了考证：“沙箸，海岸沙中生，春吐苗；其骨白且劲，可为酒筹，凡采者须轻步向前拔之；不然闻声遽缩入沙中，不可得也，此沙箸疑即沙蒜。”明确了“沙箸”与“沙蒜”为同一物。福建人梁章钜在《浪迹续谈》里则形容：“其状如蚯蚓之大者，浑沌无首尾头目，而其味则绝美。”

林建强介绍，各地方志如《福

建通志》《台湾通志》《福州府志》《晋江县志》等均有相关记载，说明清代土笋冻已在福建各地广为流传。

从唐代的“沙箸”，到现在的“土笋冻”，这道小吃的名字历经变迁，林建强说，每一个名字的背后，都藏着不同时代的生活印迹与文化考量。

清·乾隆《晋江县志·卷之一·物产·介之属》：“涂蚕类沙蚕而紫色，土人谓之泥蛆。可净煮作冻。”两百年前，泉州人称土笋冻为“涂蚕冻”或“涂蛆冻”。“涂蚕”和“涂蛆”这两个名称更加直白地描述了原料的生物特征。“涂”指其生长环境为滩涂，“蚕”和“蛆”则是喻其形态。这种命名方式体现了农耕文化对自然的直接观察和类比，简单朴素，充满生活气息。

林建强认为，如今的“土笋冻”之名较古代雅致，“土”是“涂”的口语化，既保留了“生长在滩涂”的含义，又接地气；“笋”则是因其形似竹笋而得名，且传统文化中“笋”象征着生机与鲜美，比“蚕”“蛆”更易让人产生好感。这种命名方式巧妙避开了直接描述土笋“形似蚯蚓”可能带来的不适，还赋予了这道小吃更美好的意象，让更多人愿意尝试。

林建强说，难得的是土笋冻至今坚守着千年流传下来的净煮作冻古法，保持传统品质。正是这种执着，使得一碗地道的土笋冻不仅是味觉的享受，还连接着古今的泉州传统饮食文化。

相关链接

本报讯（融媒体记者张君琳）在泛黄的书页间，林建强试图透过寥寥文字，还原泉州佳肴风味的文化传承脉络。这项从典籍中考证美食起源的工作，既充满挑战，又意义非凡，已然成为连接古今泉州饮食文化的重要纽带。

林建强坦言，美食溯源是一项极为艰难的工作，既需要前期积累大量的历史、语言等知识，又要综合地理、民俗等多方因素，还要从各类典籍中细致挖掘线索，再通过严谨推理做出合理推测，最终形成完整的考证闭环。一些记载的含义早已发生变化，往往需要花费数月时间，才能论证一个细节的真伪。但即便困难重重，这项工作的价值仍不可替代，“每考证出一道美食的起源，都是在保护一段文化记忆，

泉州府志 卷之十九 物產 六

赤鹿角菜 狀如鹿角生海 一名海苔生海中狀如綠 春盤伴嚼冰 海苔乾剪細菱菱 所出為最明何喬遠詩何扶

典籍中有泉州人將海苔加入春盤的相關記載

“羨仔”蘸醬 海峡情缘凝舌尖

芒果果肉汁多味美。清代李钟珪《新加坡风土记》记载，新加坡出产榴莲、槟榔、芒果等多种水果。而在泉台等地，这一常见的水果不仅有着独特称谓，更承载着两地深厚的历史文化联结，“吃羨仔（芒果），咬（音wēn，蘸）豆油（酱油）”便是生动见证。

在泉台地区，芒果被称作“羨仔”“羨子”，这一称谓的由来与台湾密切相关。林建强说，在清乾隆十七年《重修台湾县志·卷十七》中记载，台湾的“槎”有香槎、木槎、肉槎三种，其中香槎味美却罕见，日常食用多为木槎。当时台湾夏季水果稀少，芒果被视为珍品，众人羡慕，故得名“羨”，后讹为“槎”。乾隆十二年的《重修台湾府志·卷二十五》指出，台湾当地人常凭主观为草木命名，“槎”字便是因“羨”长于树，便加“木”字旁而成，但古代字典中并无此字。清代台湾的《凤山县志·卷之七》直截了当地说：“按槎，‘正韵’无此字；台人因其名，会意书之。”

“泉台地区均以闽南语为主要语言，‘羨仔’这一名称在两地自然通行，这也意味着芒果可能是从台湾传入泉州的渊源。”林建强说。

林建强翻阅明万历《泉州府志》、清乾隆《泉州府志》与《晋江县志》、清道光《晋江县志》等地方志，均未发现芒果的记载，可见近代之前，泉州或许仅有零星引种芒果，并未将其列为正式物产。而他发现，同期的台湾志书已对芒果有详细记载，清道光至咸丰年间，施鸿保所著《闽杂记·卷十》提到“槎，即番蒜也；出台湾及厦门、金门诸处”，结合泉州人也称芒果为“羨”的事实，可推断芒果或大规模从台湾引入泉州栽种，且大概率是在鸦片战争后的道光后期至咸丰年间。

林建强介绍，明末起，大量泉州人移居台湾，带去了番薯、甘蔗、稻谷等作物，在当地开垦荒地，推动农业发展。台湾著名的天然樟脑制造技术，也是泉州人到台湾后传授的。不仅如此，台湾的荔枝引自闽南，闽南的芒果、番鸭则引自台湾，厦门大学历史学者还曾考证，泉州安溪有引自台湾的“龙眼槎”，因枝重约半斤且带有龙眼香味而得名，这些都是两岸物产同源同脉的有力证明。当闽南地区规模化栽种芒果后，得益于与台湾相似的地理气候条件，芒果很快成为随处可见的水果，虽仍以“羨”为名，但“吃羨仔”已不再是令人羡慕的稀罕事。

“吃羨仔，咬豆油”这一独特吃法，同样源自台湾。林建强从典籍中找到了相关记载。清乾隆三十九年《续修台湾府志·卷十八·物产》提到了芒果的吃法：“槎三种：香槎、木槎、肉槎。香槎差大味香，不可多得。所食者，木槎、肉槎；晒干用糖拌煮，亦可久藏。台人多以鲜槎代蔬，用豆油或盐同食。”泉台称酱油为“豆油”，是对古语的传承。北魏贾思勰《齐民要术·作酱法》中提到的“豆酱清”，便是从豆酱中提取的清汁，与酱油类似，古人因酱油多由大豆发酵提取而成，故直接称之为“豆油”。从《续修台湾府志》的记载可以看出，最晚在清乾隆年间，台湾人吃芒果就是蘸着酱油吃的。芒果引种到泉州地区之后，这种特殊的吃法，也一并传入，并因味道奇美而代代相传。

芒果酸甜多汁，未完全成熟的果味酸味较重，酱油中的盐分和氨基酸能中和果酸，减轻酸涩感，凸显果香，还能激发芒果的甜味，形成酸甜咸鲜的复合口感，让“羨仔”更美味。

如今，每年盛夏，泉州街头巷尾，满树“羨仔”挂满枝头，仿佛在提醒着过往行人，别忘了“吃羨仔，咬豆油”这一承载泉台情缘的独特美味，让这份跨越海峡的味觉记忆，在时光流转中回味。



酱油中的盐分与氨基酸能中和果酸，激发芒果甜味。(CFP 图)

檳榔 檳榔即番薯也出臺灣及廈門金門諸處相傳其種來自荷蘭有香檳榔木槎三種香檳為上肉槎次之木槎最下樹皆高柯廣陰如桐卵皮青肉黃滋味甘美初生時和鹽搗為泥名蓬閩雜記 卷十 十三

史籍中关于“槎”的记载

林建强：溯源美食是寻味也是寻根

也是美食文化的寻根。”林建强说。

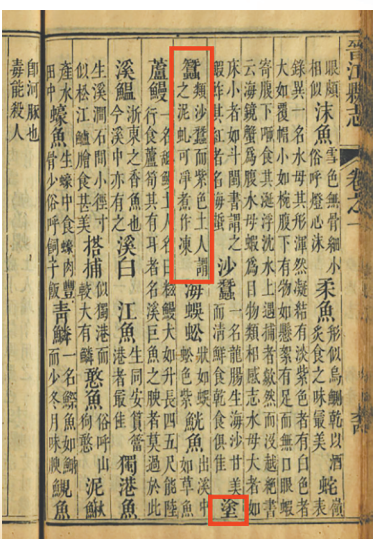
在林建强看来，典籍是历史的鲜活载体，从中探寻美食起源，实则是挖掘饮食背后潜藏的文化基因。当我们通过典籍考证出美食的历史，不仅能厘清一道美食从古代到现代的发展脉络，更能从中窥见古人的生活智慧与饮食哲学。这些成果也可以为现代饮食文化的传承与创新提供坚实依据，让传统美食不再是孤立的味觉体验，而是真真切切与历史文化紧密相连的符号。

记者了解到，这项对泉州美食的历史溯源工作正在逐步推进。不久，将会有更多的泉州美食有证可循，助力泉州传统美食“活”起来，让更多人得以了解泉州美味背后的千年积淀。

未来，依据典籍复原泉州古早味美食，也有望成为当地文旅融合的新亮点，让千年刺桐城的饮食文化基因，在新时代的土壤中继续传承。



▲关注泉州晚报社“泉州味道”美食公众号，了解更多美食资讯。



《晋江县志》里关于土笋冻做法的记载