

番薯：从异域舶来品到泉州家常味



清晨的泉州，晨曦微露，古城街巷渐渐苏醒。西街的老店里，番薯粉裹就的醋肉正在油锅里滋滋作响；深巷的小吃摊上，鲜甜软糯的番薯粉团正在锅中翻滚；而寻常人家的灶间，番薯粥的清香早已弥漫开来。番薯，这看似普通的作物，却承载着一段跨越重洋的传奇——它循着海上丝绸之路的航迹而来，在闽南的红土地上完成了从异域美食到家常风味的蜕变，最终汇入这座千年古港的饮食血脉，成为泉州人身份认同中不可分割的一部分。

落地生根 历经本土化与农业革新

番薯的成功引入只是开端，其真正融入泉州，靠的是先民与自然的对话。泉州沿海广布的沙质土壤，台风干旱频发的季风气候，恰与番薯“耐旱耐瘠”的生物学特点不谋而合。然而天作之合还需人力成全。泉州农民“作垄如龟背，利水防涝”，以高畦深沟应对多变气候；以“剪蔓扦插”的严谨法度，让每一段藤蔓在瘠薄的沙土中焕发新生；更以“必锄必培”的精耕细作，配合轮作与间作的复合种植体

系，将房前屋后、沙岗旱地等原本难以利用的边际土地，转化为可产粮食的田园。如此种种，不仅将番薯“不与五谷争地，凡瘠鹵沙岗皆可以长”的特性发挥得淋漓尽致，更在有限耕地中实现了粮食产出的最大化。

这番耕作变革的影响很快显现于粮食产量与饮食结构之中。据清乾隆版《晋江县志》记载，“薯芋可当饭，而番薯尤今所大赖也”，道出了它从辅助作物向主粮的转变。这一转变在泉州境内又因地理条件而异：在耕地稀缺的惠安，番薯成为“全年食粮中占九个月以上”的主食，故获“番薯县”之称；而在安溪、永春等地，它则更多作为膳食补充。这种因地制宜的生存智慧，让番薯在泉州扎下了深根，它开始逐步进入泉州社会经济结构，成为本地农业生态中不可或缺的一环，为后续全面融入地方饮食文化奠定了基础。

味觉乡愁 塑造泉州饮食版图

番薯的到来，远不止于解决温饱，它更深刻地重塑了泉州的饮食文化版图，催生出一个具有地域特征的“番薯饮食文化圈”。

在主粮领域，番薯展现了惊人的可塑性。从最简单的烘番薯、番薯粥，到加工制成的番薯签、番薯粉，番薯以各种形态出现在泉州人的饮食生活中。《泉州习俗》记载的“两粗一细”饮食传统——早晚两餐食用番薯或薯干煮就的汤粥，晚上才吃大米稀饭，既是对匮乏时代的记录，也是番薯深入日常的见证。而旧时泉州贫寒之家常吃的“糊仔汤”（即番薯磨浆滤去淀粉后，用余下的薯渣加水煮成的汤），更是将番薯的食用效能发挥到了极致。

在小吃领域，番薯则实现了华丽蜕变，其衍生物“番薯粉”成为点石成金的魔术师：与海蛎相遇，成就了蚝仔煎的鲜嫩酥脆；包裹牛肉，锁住汁水，缔造出牛肉羹滑嫩爽口的独特风味；携手糯米粉，赋予炸枣外酥内糯的绝妙口感。地瓜粉团、薯粉包、薯干粿……这些朴素的小吃，承载着代代相传的烹饪智慧。

番薯的饮食叙事不仅深植于泉州人的餐桌日常，更延伸至岁时节令与精深加工之中，成为地域文化的重要载体：清乾隆《泉州府志》记载，中秋泉俗“以月饼、番薯、芋魁祭先及神”，至今民间仍沿此俗；至冬至，番薯与芋头又共入甜丸汤，为其增添独特风味；而在祭灶日，据《泉州市志》所载，人们会特制一碗“番薯粉牵”，寓意糊住灶神之口。此外，番薯还被用于酿酒，清道光《晋江县志》明确记载“今用番薯造酒”，其中惠安产的番薯酒更远销上海、南洋，成为传播泉州饮食文化的重要载体。

这种从主食到小吃、从日常到节庆的全方位渗透，使番薯的味道成了泉州人共同的味觉记忆。正如那句闽南谚语所述：“溪门内番薯皮，较赢燕窝汤；唐山的大麦糊，较香白米饭。”在泉州人眼中，家乡的番薯皮胜过远方的燕窝汤，番薯不再只是一种食物，而是一缕“舌尖上的乡愁”，一份强烈的本土饮食认同感——无论身在何处，一碗番薯粥、一碟蚝仔煎，便能唤起对故乡最本真的眷恋。

薪传不息 迎来现代转型与文化新生

岁月流转，番薯在泉州完成了从“救命粮”到“家常味”再到“精神象征”的嬗变。在匮乏年代，它是名副其实的“救命粮”。其“斤不值一钱，二斤而可饱矣”的普惠性，“亩产数千斤”的高产性，让无数泉州先民度过了饥荒岁月。

如今，番薯依然根植于泉州人的日常生活，更在时代浪潮中焕发新生。其富含膳食纤维与维生素的特质，与现代健康理念相契合，推动着泉州番薯产业走向多元化升级：曾孕育出番薯“新种花”的安溪，如今更与高校合作，培育适合精深加工的专用品种；石狮的食品企业将传统番薯干标准化、品牌化，通过电商销往全国；晋江的农业合作社引入智能烘房，将小番薯打造成备受年轻人喜爱的“网红”零食；而惠安的地瓜粉团也从家庭灶台走向连锁餐饮的中央厨房，实现了从乡土味道到现代产业的跨越。

更深层的意义在于，番薯已升华为泉州的地域精神象征。它在瘠土中顽强生长的生命力，恰如泉州人务实坚韧的品格；它质朴外表下蕴藏的甘甜，正对应着这座城市低调包容的气质。这种精神特质深深注入泉州人的地域基因——正如作家林海音在《城南旧事》中描绘的那个“吃着地瓜长大，讲话有着地瓜腔”的惠安人，番薯早已超越食材范畴，成为泉州深刻的文化符号和精神图腾。

站在今天的泉州港，望着往来不绝的船只，仿佛能看到四百年前那根番薯藤的旅程——它自吕宋漂洋过海，在闽南的红砖古厝间扎根，于古港的红尘烟火气中抽枝散叶，最终植入这座城市的味觉记忆。闽南谚语云：“番薯不怕落土烂，只求枝叶代代传。”时至今日，番薯的故事仍在继续，在泉州的美食名片上，在泉州人的精神谱系里，生生不息。

（何佳媚/文 本版图片除署名外均为本报资料图）



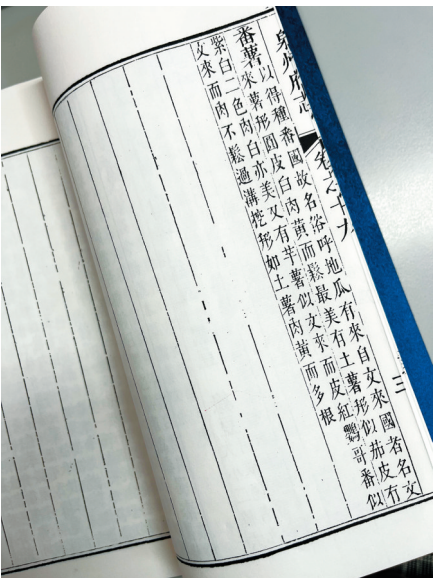
关注泉州晚报社“泉州味道”美食公众号，了解更多美食资讯。

跨海而来 耐旱高产能“管饱”

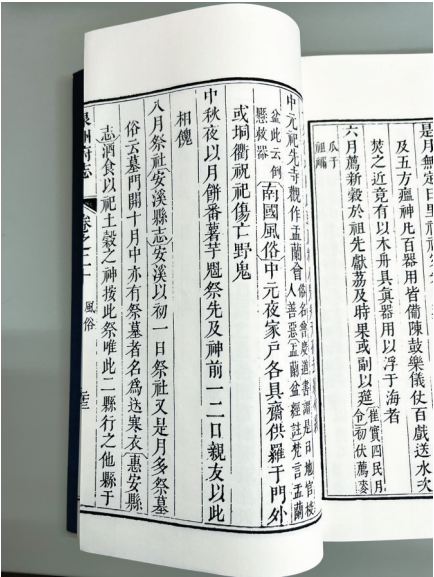
作为宋元时期的“东方第一大港”，泉州自古便是中外文明交汇的重要门户。这里不仅是丝绸、瓷器的出口港，更是外来作物传入的前沿地带。《泉州市志》记载的“六山一水二分田，一分村庄道路”，道出了这片土地的耕作之难。每逢旱涝，饥荒便如影随形。至明代万历年间，已是“人稠山谷瘠”，对耐旱高产作物的渴求日益迫切。

恰在此时，海上丝绸之路的商贸往来为这片土地带来了转机。关于番薯入泉的路径，史料中留有斑驳印记。明代何乔远《闽书》中写道：“番薯，万历中闽人得之外国……瘠土砂砾之地，皆可以种。”指出番薯由闽人自外国引入，时间约在万历年间，并强调其不择土壤的强适应力。至于传入路线，一说由吕宋（今菲律宾）传入闽地。清代周亮工《闽小记》记载：“盖度闽海而南，有吕宋国……中国人截取其蔓咫尺，挟小盖中以来，于是入闽十余年矣。”《闽杂记》则引《长乐县志》称：“邑人陈振龙贾吕宋，丐其种归。”另一说则指向广东南澳。明侍御苏琰《朱薯疏》载：“温陵洋舶，经广东南澳传入泉州。”诗人吴增亦留下“传闻灵水最先栽，泛海携从南澳来”的诗句。

番薯“耐旱易活，种少获多”的特性，使其迅速扎根泉州。清代陈世元《金薯传习录》记载，番薯在闽试种后“大有收获，可充谷食之半”，尤其在“温陵饥，他谷皆贵，惟薯独贱”的灾年，更显其价值。濒海而居的泉州人，以开放心态接纳了这漂洋过海的生命，开启了番薯在这片土地上的新生。



清乾隆版《泉州府志》里关于番薯的记载（何佳媚 供图）



蒸番薯



番薯粉可以做成苡薯粉



番薯素来高产（刘万青 供图）



地瓜粉团面线



番薯粉裹就的炸醋肉（王世阳 摄）



番薯粉与海蛎相遇，成就了蚝仔煎的鲜嫩酥脆。（王世阳 摄）



番薯粉包裹牛肉，锁住汁水，缔造出牛肉羹滑嫩爽口的独特风味。（李雅真 摄）



番薯粥成为泉州人共同的味觉记忆（CFP 图）

泉州有中秋时节食用番薯芋头的习俗

番薯甜汤

清乾隆《泉州府志》记载，中秋泉俗“以月饼、番薯、芋魁祭先及神”。（何佳媚 供图）