

方言撷趣

第五味——鲜

王东超

“鲜”本义为鱼名，《说文·鱼部》：“鲜，鱼名，出貉国。”从鱼从羊，会鱼长着山羊胡儿一样的须之意，当是指鲑鱼、鳃鱼之类，后泛指鱼类。《老子》第六十章：“治大国若烹小鲜。”河上公注：“鲜，鱼。”

《诗经·大雅·韩奕》：“其肴维何？烝鳖鲜鱼。”郑玄笺：“鲜，鱼中鲑者也。”“鲜”即鱼鲑，也就是生鱼片。《诗经》时代用的是淡水鱼，今天的潮州鱼生大概是其遗存

二

中国是饮食大国，俗话说，“民以食为天，食以味为先”。讲求味道，食材新鲜是最重要的，故“鲜”又引申为味美。《水浒传全传》第三十九回：“宋江因见鱼鲜，贪爱爽口，多吃了些。”徐珂《清稗类钞·饮食类》“煨淡菜”条：“以淡菜煨猪肉，加汤，颇鲜。”

古人曾按五行学说创“五味”说，并与五行相对应：酸属木，苦属火，甘属土，辛属金，咸属水。但现在研究证明，辛（辣）并不属于味觉，而是花椒碱、辣椒素刺激味蕾产生的灼痛感和热感，基本味觉只有酸、甜、苦、咸四种。

作为一个好吃的民族，虽然最早发现了“鲜”的味道，却一直无法将它准确描述出来。因为不同于明显可感的酸、甜、苦、咸之单一和明确，鲜有很多张面孔，它复杂而暧昧，独特而微妙，任性而灵动。它隐藏在多种食物的不同风味

三

谷氨酸钠因为含钠离子，也可以增强咸味，同样咸淡的菜，加了味精吃起来会觉得咸一点。很多人不喜欢味精，说到饭店里吃饭后口渴得厉害。那是因为厨师不懂其中的道理，先正常调味后，临出锅又加上味精，这样就会造成咸度的迭加。所以菜中如果要加味精，一定要少放点盐。

谷氨酸是氨基酸的一种，氨基酸是蛋白质的基本组成单位。熟的蛋白质，其氨基酸释放和能被消化吸收的比例，比生食的蛋白质高一倍左右。与经过火烤的蛋白质相比，放在水里煮的蛋白质可以释放更多的氨基酸，而且水溶性蛋白从食物中融入汤里，使蛋白质的利用率进一步提高，对鲜味的释放量也比火烤增加了一倍以上。所以不管炖肉还是炖鱼，汤的味道总比肉要鲜。

同样生活在水里，为何海鲜要比河鲜更鲜？这是因为海水中的高盐分会对细胞膜产生渗透作用，细胞内的水分向海水中流失。为此，海洋生物只有提高体内渗透压，也就是细胞液浓度，才能让自己不会脱水而死。而增大浓度最好的物质，就是分

四

1913年，池田教授的弟子小玉新太郎发现鳀节中有一种核苷酸——肌苷酸（IMP），也具有强烈的鲜味；1957年，另一位研究者国中明发现蘑菇中的另一种核苷酸——鸟苷酸（GMP），鲜味也很显著。和谷氨酸钠偏重后感觉不同，核苷酸主要作用在舌的前端和两侧，鲜味具有较强直冲感和先觉感。生鲜鱼肉中的呈味核苷酸含量明显高于煮制和蒸制鱼肉，所以吃“杀生”吃的不是回味，而是入口具有冲击性的鲜，这也是很多人嗜之成瘾的原因。

谷氨酸与核苷酸同时存在时，所产生的鲜味要大大超过它们单独存在时所产生的鲜味之和，这一现象被称为鲜味物质间的“协同作用”。根据这一发现，在谷氨

酸钠的基础上又加入了鸡肉和蘑菇的提取物，来增加风味，这就是现在常用的鸡精、蘑菇精。

新鲜的颜色也是鲜艳的，故引申为鲜明、明丽。现在有些人释“鲜”为鱼羊鲜，望文生义，弄鱼和羊炖作一锅，有些美食节目也以此为噱头，其实这样炖出来的汤既腥且膻。《周礼·庖人》把肉类的“恶”气分为腥、臊、膻三种，这锅汤就占了两种。即便勉强能喝，也是加了大

量作料予以祛除、压制。偏偏就是这样一知半解、似懂非懂的东西，往往还能流行起来。

新鲜的、鲜活的东西总是少有的，故“鲜”后又借指少，如鲜为人知、寡廉鲜耻。在黄县话里，“鲜词儿”是稀奇少见的词，比如：老辈儿给石锁叫石擀儿，这可是个鲜词儿。“鲜法儿”指新奇的主意或办法，比如：你还真能想出个鲜法儿来。

第二年谷氨酸钠开始商业生产，被日本人称为“味之素”，这就是“味精”。老黄县人也称“味素”。

单纯品尝味精，鲜味并不明显，它必须与食盐相结合效果才能更加惊艳。这就好像过去运输条件比较差，海边的鱼虾成堆成岭运不出去，只能馊了做腥肥。加入食盐后，丰富的钠离子让奇观开始显现，鲜味变得简单直接，纯粹尖锐。所以适当的盐可以显著增加整体鲜味强度，如果盐多了，则会淹没鲜味。

黄县人腌咸菜和咸鱼，特别是春天腌茭白菜的时候，把腌了一宿、略扎进点儿咸盐味儿但又不太咸的状态称为“一卤鲜儿”。黄县话用盐腌称作“拿儿盐卤上”，有的地方称作“一拢儿鲜”当是讹音致误。茭白菜吃起来“鲜溜溜”，一旦咸味过重了就只觉其咸不觉其鲜了。

三年陈火腿，蛋白质中鲜味物质的分解可达七成以上。徽州名菜臭鳃鱼是在鱼体内源酶和微生物的共同作用下，将鳃鱼体内蛋白质降解生成游离氨基酸小分子，同时散发出一种似臭非臭的味道，弥久留香，回味悠长。其他像鱼露、虾酱、鱼酱、蛸酱、大酱、豆瓣酱、酱油、豆豉、纳豆、味噌、臭豆腐、酸菜、酸笋、奶酪，也都是通过发酵来使蛋白质降解，从而得到一种与新鲜的鲜不一样的鲜味。

人类嗜鲜的习惯也许早已植根于基因里，母乳中氨基酸的含量与鱼汤中的含量大致相同，而游离谷氨酸在母乳中的含量是所有游离氨基酸中最高的，所以人生下来吃到的第一口食物就含有鲜味因素。

我们之所以天生具备品尝鲜味的能力，不是为了满足味蕾，而是为了发现富含蛋白质的食物，以便在残酷的生存竞争中存活下来。当然这种能力后天也会发生微调，以更好地适合生存环境及食物。例如一个内陆人会觉得河鱼很鲜，但海鱼很腥；一个海边人会觉得海鱼很鲜，而河鱼有一股土腥味儿。

代表菜品“小鸡炖蘑菇”，鸡肉中含有谷氨酸、肌苷酸和鸟苷酸三种鲜味物质，加上榛蘑中的鸟苷酸，确实是“鲜得一批”。而另一道东北菜“地三鲜”，茄子、土豆和青椒放在一起炖，都是蔬菜，根本没有什么协作，称作“三鲜”纯属有名无实。

贝类、虾、蟹等海产品中的鲜味物质主要是肌苷酸，不过相比于其他鲜味食材，它们的鲜中带有丝丝甜味，广东话形容新鲜虾蟹的味道会说“甘甜”。黄县海边的红毛虾是最鲜的虾，金钩海米就是用它晒成的。到了初冬时节，红毛虾为了过冬和第二年的繁殖，体内（特别是虾头部分）储存了大量养分，吃起来鲜甜中带着奶香，此为鲜之极品。

五

2000年，科学家第一次发现存在于味蕾上的鲜味受体细胞，鲜味为第五味一说就此盖棺论定。

鲜是五味的灵魂，中餐对于鲜之一味特别重视，厨师刚入门，老师傅就要谆谆教导“唱戏的腔，厨子的汤”，在没有味精的时代，高汤是提鲜的不二法门。张友鸾《北京菜》一文载：“五六十年前，北京有名的大饭庄，什么堂、楼、居、春之类，从掌柜的到伙计，十之七八是山东人，厨房里的大师傅，更是一片胶东口音。”胶东菜能风行京城那么多年，“福山帮”能独霸后厨的秘诀之一，据说就是把海肠用瓦片焙干研磨成粉，做菜时撒点海肠粉，这相当于原生态的味精了。至今提到吃海鲜，北方就是胶东菜，南方则是粤菜。

黄县为东夷故地，东夷人是古代最早接触海鲜的人，胶东半岛上已经发掘的古文化遗址，大多伴有贝丘出土，所以黄县话中关于鲜味的表述就比较多。“能吃飞禽一口，不吃走兽一斤”，禽肉中鲜味物质更多一些。“能吃鲜桃一口，不吃烂杏一筐”，“麻姑献寿”“蟠桃宴”，桃是仙人之食，桃之味重在鲜，仙是人之轻灵者，鲜是味之轻灵者，仙人聚会总不能抱着个肘子啃吧，吃个鲜桃还是比较有品位的。

有一种农历六月成熟的桃子，名字就叫“六月鲜”。新下的嫩蒜叫“鲜蒜”，刚刨的花生叫“鲜花生”。“鲜花椒酱”是黄县名吃，还未成熟的鲜花椒捣碎，和肉丁、面酱炒熟，麻酥酥地宜酒宜饭。形容味道非常鲜美，会说“溜鲜溜鲜”，也说“鲜灵”，比如：这鱼汤溜鲜溜鲜；青辣椒有鲜灵味儿，红辣椒甜模嘎嘣。

保定话夸菜味鲜会说“真鲜亮”，黄县话的“鲜灵”可能也是写作“鲜亮”吧，只是因为轻声变韵的原因，“亮”读如“灵”，“风凉”也是这样读的。“鲜亮”也指颜色明亮、鲜艳，比如：你这件衣裳色儿挺鲜亮。尝鲜”指吃时鲜的食品，比如：糗芽儿刚下来，咱尝个鲜吧。也指尝试新事物，比如：那时候刚时兴喇叭裤，她就尝鲜买一条。伤口结的痂掉了，露出鲜红的肉，这叫“鲜肉儿”，与现在网络用语“小鲜肉”所指不同，但都有鲜嫩之意。在黄县话里，“鲜”又与“美”同义，比如：凭什么让我替你背黑锅，把你鲜嘞。