

胶东风物

海藻“十二钗”

李心亮

紫霞仙子舞霓裳

成书于唐代的《海药本草》里有记载：“紫菜茂北海，附石生，取而干之则色紫。”身影遍布烟台黄渤海沿岸各县市区无数个潮间带的野生紫菜，浮浮摇摇绛紫色的身影在风平浪静的礁石间若隐若现，犹如紫霞仙子翩翩跳起霓裳羽衣舞。

野生紫菜藻体为扁平叶状体，基部有盘状固着器，生在潮间带大大小小的礁石卵石上。野生紫菜有短柄，由柄上生出的叶状体呈广披针形或椭圆形，成年植株一般长可达15—20厘米，宽7—16厘米，在长岛的部分海域，甚至可以生长到长达50厘米，宽达30厘米。

刚长出来的野生紫菜为浅粉红色，以后逐渐变为紫红色，衰老时转为浅紫黄色，生长期(叶状体)在10月至次年5月。如果把黄渤海的海藻江湖比作是一部《红楼梦》，我觉得紫菜就是那位大大咧咧、纯真无邪、风姿卓绝、喜欢穿紫戴红的史湘云。

南朝陶弘景在《本草经集注》里记载过一桩奇事：渤海湾畔的渔家女于氏，用紫菜煨汤，治愈了附近十里八村一众劳苦百姓的“大脖子病”，老百姓为之立庙，称为“于仙姑”，这比欧洲用海藻提取物治疗甲状腺结节足足早了一千三百年。明代《普济方》记载有紫菜酒偏方：“取三伏日晒紫菜二两，浸烧酒一斗，治癭瘤，无不效验”。

紫菜为什么有这么大的药用功效呢？现代医学研究揭开了谜底：每百克紫菜含碘4323微克，还含有大量维生素B12和牛磺酸，活脱脱就是海洋赐予人类的“天然保健大礼包”。2015年，青岛海洋大学海洋研究所关于紫菜的科研成果更让人兴奋——临床实验证明，野生紫菜植株里提炼的紫菜多糖，能抑制肝癌细胞增殖。这紫霞仙子袖中，藏的可是造福亿万人的仙丹妙药呐！

中国好多沿海地方都把紫菜作为名优土特产，我知道最著名的有三个：浙江苍南、福建霞浦、山东烟台。

据说，在浙江苍南的紫菜加工作坊里，至今仍延续着元代《熬波图》记载的古法：刚采的鲜紫菜要在竹匾上顺丝顺缕摆放平整，经九次翻晒八次回潮，待其由绛紫转为黛黑方算成功。紫菜晒干后，切紫菜一定要用铜刀，不能沾染铁器。这一切操作，充满了流传千年的仪式感和对大海的敬畏。

北方紫菜数烟台，烟台紫菜数长岛。每年白露过后，退潮后的礁石表面渐渐泛起墨绿色的斑纹，这就是紫菜孢子萌发的信号。这些肉眼难辨的生命体，经历霜降的淬炼，最终在

立冬前后舒展成薄如蝉翼的紫红色叶片。长岛的老渔民常说：“三九的紫菜赛人参”，越是寒风刺骨的日子，紫菜中的氨基酸含量越高。

采摘头水紫菜最佳时间是雨水节气到清明前，须赶在潮水退至七分时，既能让采紫菜人在礁石上站稳，又不至于让紫菜暴露太久，失了水灵劲儿。“阴历初七八，适合两头抓”。当晨曦初染海平线，小筏子已泊在庙岛海域附近的“紫菜窝子”。潮水在采菜人膝间汨汨流动，深紫色的紫菜叶随着波浪摇曳，仿佛大海生出的秀发。老渔民会告诉你，如何根据触感判断紫菜品质：用手指轻捻叶尖，弹性如少女肌肤的属上品；若是稍用力即扯断，则说明生长周期不足，还欠一些火候。呲呀的橹声中，头水又肥又鲜、水灵灵的紫菜上了岸。

暮色降临，海岛渔村烟火蒸腾，家家户户的灶台上都咕嘟着紫菜豆腐汤。刚从海里捞上来的紫菜不用泡发，清水一冲，下锅瞬间舒展成一朵一朵半透明的云片，一霎时，冲鼻子的鲜味裹着豆腐香在巷弄间氤氲开来。这浓郁化不开的海岛烟火气，恰如四月春风，款款拥你入怀。

碧海一湾七彩妆

海萝通体橙色，微微带一点点红。过去在黄渤海沿岸分布很广，我们村下的礁石滩上就有不少，近二三十年却再没见过它，不知是否绝迹了。

海萝对海水水质要求相当高，据老渔民说，海萝最怕柴油，海水中的柴油一旦超标，海萝就自己溶解，化成了一滩水。海萝相当漂亮，北宋《证类本草》称其“状如鹿角，形如珊瑚，冠绝藻类”，它橙红色的枝杈状藻体攀附在高高矮矮的礁石上，三五聚落，远看与珊瑚难分伯仲。据传，海萝胶是古代闺阁秘宝，《香乘》记载，用它调制的“海天霞”胭脂，“遇泪不晕，历三伏不褪”。我们小时候只是看它漂亮，采了它来把玩、过家家，从来没有吃过它。海萝的敏感娇弱，可比《红楼梦》中的林黛玉。贾宝玉用海萝调制的“海天霞”胭脂，也只有林妹妹有福消受吧？

鲜嫩的马尾藻为黄色，比较老的马尾藻是黄褐色。李时珍在《本草纲目》里说它“生海中，草黄色，状如马尾，随洋流漂浮。其时，当黄花鱼汛期”。渔谚说“马尾藻黄，黄花鱼狂”。这个我倒是真见过，四十多年前的一个初夏，我随舅舅家的船出海，在蓬莱阁外的铁盘江海面上，江流卷起一大片一大片金色的马尾藻，浩浩荡荡，往前看不到头，往后看不

到尾。大舅欣喜地告诉我说“要来黄花鱼了”。我当时还纳闷，大舅是怎么知道的？

如果用《红楼梦》中“金陵十二钗”的人物来匹配，我觉得马尾藻和贾探春有比较相似的命运，探春是万里远嫁，马尾藻是千里漂移。蓬莱人把这类藻中的一种叫海梗菜。我们小时候，经常把潮到海滩上的海梗菜叶子撸下来，吃它的茎。海梗菜茎吃起来咸咸的、鲜鲜的，略微带着一丝腥味。小孩大多都喜欢吃，撸一大把，一根一根，往嘴里扔个不停。但我对海梗菜茎不感兴趣，只是浅尝辄止，吃一段就不吃了，嫌它有一股子腥气。老了的海梗菜茎硬硬的，不太能嚼得动，但海边的小孩普遍牙齿锋利，根本不把它当回事，照样嚼得咯吱咯吱响。去年夏天，偶过马格庄小农贸市场，看见有渔家大姐卖海梗菜，一打听，十五块钱一小把！

浒苔，牵丝连蔓，这种艳绿丝状藻类，一旦遇到合适的水文条件，繁殖起来快得吓人，既有“竹林七贤”狂放不羁之风，更似宁国府管家奶奶王熙凤的贪得无厌。唐朝元稹有诗云“绿波春浪满前陂”，大约就是按照浒苔暴发的盛况来描写的。

如果不形成灾害，海边有稍稍浒苔不失为美丽风景的点缀；但如果浒苔无限制大量繁殖，就会遮蔽阳光，影响海底其他藻类的正常生长；死亡的浒苔会消耗海水中的大量氧气，分泌的化学物质也会对其他海洋生物造成不良影响。可见，凡事适可而止，不论人类还是自然都要遵循这条规律。

石莼是翡翠色的膜状海藻，《闽书》称其“柔滑如莼”，可与柔滑无骨的江南莼菜相媲美。它能在潮间带上演“变形记”：涨潮时舒展如绸，退潮后皱缩成团。元朝的海运漕工用石莼包裹鲜鱼，从胶东到浙江，一路上行程数千里，鲜鱼竟没有腐败。现代研究揭晓了谜底：石莼中的多糖成分就是天然防腐剂。

蓬莱、龙口、长岛人，土话叫石莼为海青。海青是产量巨大、大众亲民、价廉物美的一种海藻。它这种平和低调、不与人争的脾气，与贾府的二小姐迎春姑娘有几分相似。刚开春时，用它来包烫面海菜包子、海菜水饺，那真是鲜美绝伦；过了清明，石莼老了，就不受吃了。近些年，海边有一些头脑灵活的人，捞取石莼，晒干了，装在精美的包装袋中，美其名曰“海木耳”，颇受好评，售价不菲。

艳红色的江蓠楚楚动人，娇俏轻盈，可比《红楼梦》中的秦可卿。《南越笔记》赞其“色如绛云，煮之成膏”。早在明代，咱们胶东人就熬制江蓠，作成琼脂，其成品莹润，赛过羊脂

玉。江蓠，蓬莱人土话叫它“毛儿菜”。它分布广泛，所有的礁石岩滩都能觅到它的身影。在我的记忆中，过了蓬莱城东矫格庄大沙滩，大皂孙家、湾子口董家王家谢家、赵格庄、铜井，一直到刘家旺，再往东到南吴家、解宋营，这一拉溜村子的海边，都盛产毛儿菜。

李时珍在《本草纲目》里写“海菜熬膏，清如月华”，说的就是用毛儿菜制作的海凉粉。制作海凉粉，先把毛儿菜择洗干净，在清水里浸泡一日一夜。熬制时，最好用铜锅，熬出来的海凉粉清亮，没有铁腥气。小火慢熬，待汤汁浓稠似蜜，用细纱布过滤，装在青瓷盆里晾着，不出半个时辰就凝成颤巍巍的玉冻。阳光一照，保准能瞧见冻子里细密的冰纹，就像是把整片海面的粼粼波光封存在其中。

海凉粉几乎都是夏秋之际制作，它有清心暖胃、降温祛暑的功效。老烟台人喜欢吃酸辣口的海凉粉，调制上老醋、蒜汁、芝麻酱、黄瓜丝，一碗下肚，通身舒坦。

南方人也酷爱吃海凉粉。听说，福建闽侯渔家接亲时必备“四喜冻”。把海凉粉装入一大圆盘，画成四格，分别嵌入虾仁、紫菜、花生、枸杞，取“四海同春”的好彩头，祝愿新婚夫妇恩爱百年、白头偕老。这一风俗极具福建特色，为胶东人所不识。

上面说的咱胶东烟台的各类海藻，可观赏，可食用，可入药。早年间还有一种可以用来盖房子兼取暖的黑色海藻——大叶藻，我们蓬莱土话叫海带毯。这种奉献了自身全部的藻类，堪比“受人滴水之恩，当涌泉相报”的刘姥姥。

我们村的海草房现在都不存在了，记忆中残存的最后一幢海草房是我本家三大爷的。四十年前，这座海草房就已经度过了近百年光阴，屋顶苦盖的海带毯被风吹雨淋，已经发白发灰。这些海带毯都是从我们村海滩上打捞收集的。我小的时候，一入冬，刮大北风的天气过后，村东的沙岗子一带，被狂风巨浪打上岸的海带毯堆积了厚厚一层，最厚的地方足有半米深。我还跟着大人去拾过海带毯，但那时就不用海带毯盖房子了，是把它晒干了，用来冬天烧炕取暖。海带毯含盐分大，晒干了生火，不像山草那样能燃起熊熊火焰。至今清晰地记得，我的祖母在寒冬腊月，将海带毯放进方形的炕洞里，用麦糠引燃，海带毯腾起灰白色的烟雾，冒出微微的淡蓝的小火苗。祖母轻轻关上炕洞门，把我脱吧脱吧，放进被窝里，掖严实被角。我就在这经夜不熄的淡蓝色小火苗的温暖里，甜甜地入睡了。