



# “侨”见乡味

美食系列报道

“侨”见乡味美食系列报道之三

清明意为“气清景明”，最初是春日节气之一，唐代时，官方将清明、寒食节合并；宋代以后，又将祭拜祖先的农历三月三上巳节融入，三节逐渐合而为一。除了中国，越南、马来西亚、新加坡等华人较多的国家也过清明节。这些地方拥有独特的宗亲会馆文化，其形成与华侨的清明习俗密切相关；在饮食方面，也呈现出这样的关联。无论岁月如何变迁，食物都承载着家乡的味道。

## “三月三，吃薄饼”

“三月三日天气长，祖祠祭罢共称觞。豆芽葱韭兼春笋，好卷新煎麦饼香。”说的是农历三月三，闽南民间踏青、祭祖、吃薄饼的传统习俗。厦门人吃薄饼始于明朝，《同安县志》记载其“俗传为蔡复一夫人所制”，距今已有 400 多年历史，列入福建省非遗名录。

清明时节，扫墓后家人聚在一起包薄饼吃，这项习俗流传至今，并传播到中国台湾、香港地区，以及新加坡、马来西亚等国家。在闽南，薄饼又称“润饼”或者“春卷”，与中国其他地方的春卷需要经过油炸不同，闽南的润饼则是将制好的馅料摊放于饼皮之上，卷成圆筒状即可食用。

文学家林语堂爱吃薄饼，他的女儿林太乙曾在书中感叹：“在厦门的烹饪中，没有什么比薄饼好吃的了。”至今在台湾台北林语堂故居，每年都会举办“润饼文化节”，用以纪念这位文学家和他所喜爱的薄饼。

作为海上丝绸之路的重要起点，闽南自古以来就与南洋各国有着密切的贸易往来和文化交流。在这个过程中，随着华侨、番客在客居地与祖地间的往返，闽南文化与南洋文化相互碰撞、相互融合，薄饼也在在这个过程中不断演变。南洋的香料、海鲜等食材，逐渐融入厦门薄饼菜的制作中；同时，南洋的饮食烹饪技巧，让薄饼在不同国家和地区形成了多样化的风味变体。

菲律宾的小吃 lumpia，就源自闽南话“润饼”的音译，成为当地节日庆典的重要食品。馅料为猪肉碎或牛肉、高丽菜、红萝卜等，油炸后蘸甜辣酱或醋食用，是圣诞节经典美食。

印尼的三宝垄润饼，馅料以竹笋为主料，搭配虾仁、鸡肉、炒蛋，分油炸与非油炸两种，蘸甜辣酱食用。润饼早前由闽南移民带入中爪哇岛三宝垄市，荷兰殖民时期，又从三宝垄传入欧洲，在荷兰产生了变体，外文名称“loempia”，



包薄饼



厦门薄饼

## “卷”住春意

## “粿”住乡愁

内含肉末、豆芽等，成为咖啡馆热门小吃。

新加坡、马来西亚统称为“薄饼”，叫做“Popiah”，由闽南话“薄饼”音译而来。饼皮刷酱后，包裹沙葛丝、豆芽、卷心菜、红萝卜丝、豆干丝、香菜、鸡蛋丝、虾等食用；除了这几种基本食材，也可以加入一些虾米、花生碎，吃起来味道更香，口感也更有层次。其特色在于与鱼露一同炖煮的沙葛丝，既爽口多汁，又可防止饼皮破裂。Popiah 既是新马街头人气小吃，也有连锁品牌如“Sister Crispy Popiah”等，部分创新口味甚至加入榴莲等元素。

厦门薄饼皮薄如宣纸，却承载着游子厚重的乡愁。丰盛的食材，如同多元的闽南华侨文化一样五彩缤纷；闽南人开放的性格，亦淋漓尽致地体现在口味的包容与调和里。厦门薄饼，就像是一座桥梁，连接着过去与现在，南洋与闽南。

Tips 厦门薄饼小吃、餐厅推荐

吴招治薄饼  
阿卿春卷汤圆  
水妹春卷  
闽和南



## 鼠曲粿， 闽南清明“限定小吃”



新鲜出炉的清明鼠曲龟粿

清明时节，初春清寒，细雨蒙蒙。厦门江夏堂旁边的巷子里，糕粿师傅阿盈在厨房里忙碌着。灶上正冒着热气，只见阿盈指尖翻飞，用糯米团包裹花生碎白糖馅料，摁在“寿”字木制龟粿印上。摆放满粽叶的蒸笼一架，空气中飘动着田野草木的清香，咬上一口，仿佛吃进了整个春天。这是闽南清明节的限定小吃——清明鼠曲龟粿。

阿盈说，与其他地区制作青团使用的艾草不同，闽南加进糯米粉里的是“鼠曲草”，每



这枚“寿”字龟粿印有数十年历史



“气清景明”的清明时节

年只有冬至后到清明前才会生长，嫩嫩的绿芽，柠檬黄色的小花，又称为“清明草”。

对于闽南人来说，鼠曲龟粿不仅仅是一种食物，更是被保存在岁月之中的生活记忆。无论走到哪里，人们在节令品尝美食的同时，能感受到家族的传承和文化的延续。

闽南人下南洋，带去了家乡的鼠曲龟粿。因为热带地区不适宜鼠曲草、艾草生长，于是就地取材，用芭蕉叶替代。

马来西亚马六甲的青团，以芭蕉叶的汁水染色，做的是咸口，椰浆糯米包裹着咖喱鸡肉馅，兼具南洋香料辛香与糯米的绵柔。檳城的叫做“乌草龟”，外形上与鼠曲草龟粿如出一辙。马来西亚华人社区龟粿早先是传统拜神、祭祖时的食物，后来演变为日常小吃，常见于早餐和下午茶时间。老一辈会配一杯浓郁的南洋咖啡，年轻人则喜欢搭配冰凉的椰子水。

印尼斑斓椰丝青团，则采用斑斓香草汁液调色，搭配椰糖和椰丝，突出热带风味。这些食物，完美融合了东南亚与华人的饮食传统，就像华侨文化本身一样：既保留了中华血脉，又吸收了南洋风情。



洗净待用的鼠曲草



花生碎白糖馅料



马来西亚檳城“荣”古早味餐厅的草阿粿、乌草龟  
(来源：马来西亚国家旅游局)

Tips 厦门鼠曲粿、青团推荐

杨府匠麻糍  
滨北旺旺妈  
同安田心私厨



故园山水远，两情总相依。对华侨华人来说，无论走得有多远，家乡总是心中最深的牵挂。清明时节的乡情乡愁，永远是一首未完的诗篇。

(文字、摄影：林硕 综合参考资料来源：马来西亚国家旅游局、《同安县志》、北京日报等)