



天下的螃蟹大概有 5000 种，我来告诉你都该怎么吃

图片：Yestone.com 版权图片库

蟹 盞

 蔡澜，美食家、专栏作家、电视节目主持人、中国美食纪录片《舌尖上的…

天下的螃蟹，大概有五千种，当然试不完。这里说的只是个人经验，主观性强，有很强烈的偏见，所谓的好吃与否，都是比较出来的。

大多数的螃蟹肉味道很淡，没有甚么个性，像洋人吃的 **Dungeness Crab**，体形巨大，一点肉味也没有。**Dungeness** 这个名字来自阿拉斯加的一条小村，也有说是来自美国华盛顿州的一个镇，不必多去研究。

更大的是澳大利亚的皇帝蟹，一只钳已有两三尺长，肉虽多但同样无味。这些蟹最好是用新加坡的胡椒炒法，但一般的胡椒蟹是先炸过再炒，蟹味更加丧失，应该多花点功夫，下大量黑胡椒碎，很细心地从生炒到熟，才入味。

至于味道最浓的，当然是中国的大闸蟹。昔时的更厉害，吃完手洗三天还有余味。香港的天香楼大方，用豆苗让客人洗手，说除味最有效，当今市面上的大闸蟹已不吃小鱼小贝，尽是一些和养牛羊一样的谷物饲养，吃完用水一冲，双手已干干净净。

比大闸蟹差一级的，是香港附近海域的黄油蟹了，当造时卖得像金子那么贵，黄油蟹的膏，流到爪尖上去，故得选完整的才好买，不然一蒸完全流失。黄油蟹是一种病态造成，当今黑心商人拿日光灯去爆照，让螃蟹发烧来制造黄膏，不吃也罢。

螃蟹一般分膏蟹和肉蟹，各有所长，我本人喜欢吃膏蟹，反对的朋友说膏蟹无甜味，不及肉蟹那么鲜，这点我也同意，但照吃膏蟹。台湾人做的红蟳米糕，就是把螃蟹拆肉拆膏，和糯米及红葱头拌了，再另外斩数只螃蟹放在饭上蒸出来的，百食不厌。

台湾人的做法大概是从闽南传过去，如果去厦门或泉州，就得吃他们的螃蟹了，那边的特别肥美，肉结实，做法变化很多，但也是以吃膏蟹为主的。

香港菜市场买到的，多数由越南进口，也有斯里兰卡的，个子都很肥大，但得向相熟的小贩购买，否则给你一些瘦得剩下一泡水的，气死人，普通做法是姜葱炒之，但也是油炸过才炒的，没甚么吃头，不及清蒸，清蒸后淋上猪油，美味无穷。

当今港人最爱到北海道旅游，到了当然吃他们的螃蟹，但不管是毛蟹、鳊场蟹、长脚蟹，味道照样是很淡的，而且贪便宜去吃冷冻产品，更无吃头。

日本蟹要到福井去才好吃，那边的旅馆会做一顿「蟹尽」的大餐给你，甚么吃法都全做了，用的是「楚蟹」、「红楚蟹」、「丸楚蟹」、「大楚蟹」的大螃蟹，肉极甜。有休渔期控制质量，每年只有九至一月可以吃，除福井之外其他地域吃不到。

蒸、煮、焿、烧吃厌后，福井人还发明了把八只母蟹的肉和膏拆了，铺在饭上的「开高井」。一大碗，豪华之至，痛快之至。

在《深夜食堂》之类的小店中，常有一鱼缸，养有些铜板大的小螃蟹，那叫「泽蟹 Sawagani」，师傅捞起，油炸了给客人下酒，没甚么吃头，好玩罢了。

吃小蟹得吃蟛蜞，是种迷你大闸蟹，很多膏，宁波和潮州这些靠海的穷地方，渔民都会抓起来盐腌，一小只下几碗粥，广东人更把蟛蜞的膏一点点集中，用来蒸蛋清或豆腐，味道浓郁，非常之香，称为「云礼子」，已经非常之难得了。

众蟹之中，最为珍贵的是椰子蟹，样子古怪，像寄生蟹，生长在印度洋和西太平洋的岛屿上，只吃椰子，肉当然甜美，有次在塞舌尔岛 **Seychelles** 试过，可惜当地人不会煮，叫他们清蒸死都不肯，结果烧烤，浪费了好东西。

印度只有果亚地区的人会吃螃蟹，他们把肉和膏拆了煮带微甜的咖喱，十分美味，至于咖喱炒蟹，那是新加坡人和泰国人发明的玩意，印度人不会。

那么多的螃蟹，那么多的吃法，到底我认为哪一种最好吃呢？

答案当然是吃生的。从小，家母把膏蟹生剖了浸盐水和豉油，早上做，晚上就可以吃了，上桌前还把花生酥糖搅碎了，撒在蟹肉上，再放芫荽，又淋白醋，啊，那真是天下美味。

当今的蟹乾不干净，心里总有一个阴影。有人说先把螃蟹冷冻成冰，就会把细菌冻死，融解后再吃就没事，但一点根据也没有，我吃过都会拉肚子。

大闸蟹做成醉蟹也是一样，友人特别制作，而且是一家名店的老板，说包管没事，但总是怕怕。我有一个方法，就是少吃为佳，只要不过份，还是没事的。

螃蟹生吃，是最高境界，福井的长脚蟹刚从深海捕捞，大师傅把蟹脚成花纹，蘸了豉油 and 山葵生吃，放心得过。

更安心的是韩国的豉油蟹，首尔有家「大瓦房」专门店，只吃这一道菜式，我百吃不厌，去过不知多少次，没有出毛病，店主说已经是百年老店了，不可乱来。现在我一想起豉油蟹，就会到韩国去了。

[查看知乎原文](#)

客官，这篇文章有意思吗？

好玩！[下载 App](#) 接着看 (๑•ㅅ•) ♡

再逛逛吧 ‘_>’

[阅读更多](#)

一项源于日本的超小众运动，在中国落地生根



[下载「知乎日报」客户端查看更多](#)