

文明·北京城市副中心

第8期

人间烟火气

传统美食：好味道 名不虚传

小楼烧鲰鱼

小楼烧鲰鱼是小楼饭店的招牌菜。小楼饭店创建于清光绪二十六年(1900年)，是一家有着100多年历史的清真饭店，最初创建时的名字叫“义和轩羊肉馆”。位于其附近的“安庆楼”也是家老字号，据说里面悬挂的“南楼”牌匾是明代奸相严嵩所题，所以也有人叫它南楼。与南楼的阔绰气派相比，义和轩显得非常普通，甘称“小楼”，但生意却越来越兴旺。1933年，“小楼”收购了“南楼”，成为通州餐饮界的“第一名店”，但“小楼”的名称却沿用至今。

小楼烧鲰鱼上市后，名扬四方，食客络绎不绝，甚至有人将其火爆的原因诉诸传说。相传，通惠河里鲰鱼很多，渔民们大量捕捉送往小楼饭馆，小楼生意火了，鲰鱼精急了，请来通惠河妖让通惠河水翻腾上涨，冲毁河堤，淹没土地村庄，殃及二十里外的县村关帝庙。这恼怒了关帝，他化作一老翁，来到受灾渔民中，用画纸做了一个“饕餮”，让渔民用青石照此雕刻下来，放置于土桥村石桥南侧，说是能镇住河妖。渔民照此做了，果然，河妖再次到此，见了此“饕餮”魂飞魄散……虽然只是一个传说，但却从侧面反映了小楼烧鲰鱼的火爆。

事实上，鲰鱼腥味浓，小楼烧鲰鱼借鉴鲁菜的做法，在热油里炸一下，再在温油里蹲一下，然后放到文火里炖一下，这样反复“三起三炸”，使烧出来的鲰鱼不但完全没有腥味，而且可以长时间保鲜。

1958年，刘少奇视察通州时，品尝小楼烧鲰鱼之后，给予好评，彭真、万里等其他领导人也品尝过小楼烧鲰鱼。2006年，小楼烧鲰鱼制作工艺被列入《北京市非物质文化遗产名录》。

万通酱园

万通酱园创建于民国七年(1918年)，前店后厂，由通州有名的开明士绅马兆丰独资创办。万通酱豆腐的配料得到浙江绍兴装坛，运至杭州码头装船启运，然后溯流北上，昼夜兼程，期间吸取五大水系的水气灵光，聚凝10个纬度的日月精华，至通州时已是南材北味了。到厂后，立即投放红曲、黄酒，并根据北京人的口味加入佐料，封坛，经伏天暴晒，成熟后入库，历时一年，佐料的滋味完全浸入腐乳中。通过这种工艺酿制而成的万通酱豆腐，质地细腻、芳香扑鼻，已成为独具风味的通州小吃。

大顺斋糖火烧

大顺斋创建于明崇祯十年(1637年)，是我国历史最为悠久的老字号之一，它的诞生与大运河有关，它的传播则与朝圣有关。

大顺斋的创始人刘刚，乳名大明，明朝迁都北京后，刘刚沿着大运河一路北上，最后在通州落脚。开不起店面，就凭着一副过硬的手艺，挑着担子、走街串巷叫卖炸油果子等清真小吃，慢慢火了起来。

崇祯十三年(1640年)，通州清真寺阿訇到麦加朝圣时，随身携带着大顺斋糖火烧作为干粮。途中经过沙漠地带时，很多朝圣者携带的干粮都变质了，但通州清真寺阿訇携带的大顺斋糖火烧却依然新鲜美味……大顺斋糖火烧就这样走出国门，传播至阿拉伯地区。

新中国成立后，1955年，大顺斋改为公私合营，隶属于通州糕点总店；1960年困难时期，几乎停止营业；“文革”期间合办通州食品厂；改革开放后，再次迎来新的发展机遇。

风风雨雨几百年，大顺斋起伏跌宕而盛名不衰的原因，得益于过硬的做工和用料：面是本地新打的麦子，自家磨制的头箩二箩精白粉，香油麻酱的原料是上等白芝麻；糖则是台湾产的“惠益”，或广西梧州的“婆婆”；桂花则是江南“张长丰”……这些都体现了通州运河文化的包容性、开放性。据说，印度前总理尼赫鲁1960年访华时，特地专门品尝了大顺斋的糖火烧，临走还带走20多斤。

咯吱合

除了人们熟悉的通州三宝，通州还有一宝，人缘最好，那就是咯吱合。咯吱合的起源据说与漕运有关，大运河通航后，百姓操起漕运营生。船工们从山东带回酥脆的煎饼，日久受潮，煎饼皮软，入口不爽。于是有人将煎饼卷成卷切成段下油炸，食之更香更脆，久不变质，这就成了咯吱合。当年，咯吱合是运河船工远航的必备美食。

如今，到北京看朋友，会有人告诉您，带点咯吱合吧；到通州吃饭，有一道菜是必点的，咯吱合。通州人还为其起了个好听的名字——“金屋藏娇”：一张金黄色薄饼，两根小葱、三片肘花、四个咯吱合，五指一并，放在耳边，听见“咯吱”一声、“咪”的一口……那里面储藏着漕运工人们对于运河的记忆。

京杭大运
河还是一条南北饮食文
交流、汇聚的通道。

作为京杭大运河沿线著名的商贸城市，商贸云集、人群荟萃，饮食文化自然汇聚南北，酝酿出各具特色的菜系。古有“通州三宝”大顺斋糖火烧、小楼烧鲰鱼、万通酱豆腐，今有宋庄美食、深夜食堂。食色性也，古今通州美食不仅反映了通州的文化性格，而且与古老的通州融为一体，构成了时代的韵味，以另一种方式诉说着通州的历史。一饭一蔬，用最富烟火气的方式，传递着运河千百年的风俗。

网红打卡地：夜经济 艺术餐厅

宋庄美食

随着艺术区的发展，与民生息息相关的餐饮业也以“艺术”的方式扎根于宋庄镇。其中有以聋哑人为服务员的“米娜餐厅”；有以陶艺为特色的“向村陶艺咖啡馆”；有蔬菜一律原生态的“菜园子”；有老少皆宜的温泉主题酒店“运河苑度假村”；有情调高雅的“五月花”；更有呼朋唤友天南地北聊一顿的“沽酒小铺”……在宋庄艺术区，每一家餐厅都有自己的故事和特色，有自己的艺术和风格，每走过一条街，路过一条小巷，都会在出其不意的地方遇见艺术、遇见美食、遇见一片心灵净土。

向村陶艺咖啡的“向”意思是“向着”，村意思是“村庄”，可以引申为“自然”和“本真”。“向村”意味着回归自然，走向淳朴本真之境。艺术馆以向村艺术为核心，分为架上绘画和陶瓷艺术两个展馆，秉承着“让艺术融入我们的生活”的理念，在主题式的艺术体验馆中，游客不仅可以参与到陶艺艺术的创作过程，也可在琳琅满目的绘画作品中品一盏香茗或一杯手工单品咖啡，体验由向村奉献的集视觉、味觉和触觉于一体的艺术盛宴。

五月花餐厅注重情调。这家藏在小巷街里的西餐厅，一进门就会不自觉地再回头看门口的招牌，因为总是给人一种错觉，以为自己走错了地方，进了谁家的大院子。五月花的店主是位笑起来很阳光的大男孩，店内所有的设计均是出自他一人之手，不论是墙上的粉刷，还是店内的摆放，虽然看起来随意，但却透出一股文艺范。

深夜食堂

一条地铁线连通了通州梨园与北京CBD，大量往来工作居住的人群也使梨园地区较早成为通州最成熟的人口聚集区之一。每天，从华灯初上到夜深时分，完成了一天工作的“夜归人”，随着一批批地铁和汽车，回到在梨园的家旁边，寻觅到一间深夜食堂，一个音乐酒吧，一间24小时书店，一家24小时健身房。

面对这一愈发旺盛的夜间消费需求，梨园地区的深夜食堂项目正在规划中，聚集酒吧、24小时健身房及文化艺术业态的开放式园区也在逐渐形成规模；离地铁九棵松站最近的京通罗斯福广场有一家营业至凌晨两点的精酿啤酒吧，店里的啤酒都是历时25天准备和酿制的；而在东部电影创意产业园则有24小时健身房和书店，可以随时随地为自己“充电”；想吃火锅了，也能在华联天时名苑店找到营业到凌晨3点的海底捞。

月亮河休闲小镇

月亮河休闲小镇，地处五河交汇处，西侧是著名的京杭大运河，燃灯佛舍利塔、大光楼、七孔桥、漕运码头等古迹遗址与之相映成辉。随处可见的艺术雕塑是月亮河休闲小镇的惊喜和日常，《情话》《等待wait》《人物雕塑》《每天醒来都很想你》《弦》《时代标准》……这些出自陶都罕、高孝午、隋建国、张占占等艺术家之手的雕塑在月亮河小镇的各个角落熠熠生辉，不仅是为小镇，更是为生活增添星光点点。

2021年北京餐饮品牌大会上，北京市商务局推出“月亮河休闲小镇”第二批“深夜食堂”特色餐饮街区，在这里你可以品尝到来自世界各地的美味珍馐，贵族法式餐厅最珍贵的食材与厨艺、与茉莉自然芳香美味于阁下，极原作日式烤肉一口烧肉幸福满满，贞鲜楼天天出海、全是海鲜，园味湘食原汁原味、中餐美学、La Palette调味板西餐以巴黎餐吧为设计原型，兼有西班牙、德国、意大利等经典欧陆菜系，还有山谷居民有好喝的咖啡和自制甜点，同时还是完美的音乐空间。奥通之翼国际轮滑中心是城市副中心首个冰雪项目综合训练馆，可以让更多的儿童、青少年参与到冰雪运动中。艺术品味、运动休闲、吃喝玩乐、亲子时光……都能在月亮河休闲小镇找到应许之地。

本报记者 关一文/编辑整理

内容摘自：由北京城市副中心党工委管委会、通州区委区政府共同策划编辑，《文明》杂志社出版的《文明·北京城市副中心》特刊



小楼烧鲰鱼

永乐店大集上的特色美食

大顺斋糖火烧

万通酱豆腐

张家湾大集

永乐店大集

传统集市：逛大集 批零兼营

于家务大集

于家务大集位于通州东南方向的于家务回族乡，要买正宗的清真类生、熟食品，这里是不错的选择。集市上卖的牛羊肉，都是“夜里从内蒙古运过来，早上宰杀”，因为货真价实，很多人不远数十公里，专门开车来这里买牛羊肉。

和超市鲜肉区不同的是，这里卖的牛羊肉不是提前切好分开卖，而是整只挂在摊位上，顾客想买什么部位当场现切。此外，这里还售卖各类调料，孜然、辣椒面、烧烤酱等，烧烤方面的用料和用具都能一站式购齐，非常方便。

穿插在牛羊肉摊位之间，还有很多卖羊杂等熟食及年糕、炸糕、驴打滚的小吃摊贩；筋道有嚼劲的酱牛肉、软糯可口的糖卷果、酥甜的炸糕、外酥里脆的茶食……让人垂涎欲滴。

为方便百姓售卖土特产、置办年货和生活物品，于家务每逢农历“五”和“十”日都会举办大集，同时也将更加规范地进行管理和服务，更多地让民俗文化融入其中，使之成为百姓常态化感受于家务回族民俗文化和逛集购物的好去处。

牛羊整只卖，小吃现场做，蔬菜自家产，绝对天然绿色无污染。腊月里，人们大包小包拎回家的，不止是年货，还有健康和幸福生活的满足感。

张家湾大集

张家湾大集历史悠久，每逢农历三、八赶集日，冒着热气的包子豆浆，新鲜的蔬菜水果，高声谈笑的小商小贩，以及认真讨价还价的顾客，总是热闹非凡。家住集市附近的居民说，每到赶集日，他必须和老伴来这里逛一圈，已经成了一种习惯，不来就觉着缺了点什么。随着城市副中心的建设，逛完集市后，人们还能去张家湾博物馆、曹雪芹遗址顺路旅游凭古，在悠久的历史中，品味热闹的生活。

永乐店大集

永乐店大集位于通州东南，是通州口碑最好的农村大集之一，东西多、样式全、地儿大、路宽，不怕人挤人。最主要的是能一站尝遍众多小吃：铁板烧、烤冷面、煎饼果子、鸡蛋灌饼……还有越来越少的民间传统手艺。

西集大集

西集镇被运河和潮白河两河包围，土壤肥沃，适宜果树种植，所以在西集大集上经常有很多农户将自家菜地里产的的新鲜蔬菜拔出来卖：自产粮、自产菜、草莓、田螺……充满生活的气息。

马驹桥周营大集

周营大集上可看到各种各样的蔬菜瓜果，其中大部分都是农民自家种植的。除了新鲜的蔬果，饭桌上常吃的肉蛋鱼禽也是不少人逛大集必买的商品，而且价格比超市便宜不少：1元1斤的土豆、红薯，2元1斤的香蕉、苹果、橘子，5元就能买上一大袋辣椒……

潮县大集

位于潮县镇政府西侧的潮县大集，无论是面积、规模还是赶集人数，在通州都能数一数二。大集上蔬菜水果、干果点心、早餐熟食、海鲜生肉、日常用品……品类繁多，应有尽有，亮点是石磨豆腐、豆制品、自制糕点。

八里桥批发市场

八里桥市场对于很多老通州人来说，都是一种离不开的存在。八里桥批发市场是一家国家级重点批发市场，位于通惠河八里桥到筛子庄桥段以北，1998年建成开业，是京东最大的综合性农副产品批发市场，伴随通州人走过了23个年头。

创建时，市场分蔬菜瓜果区、粮油饮料区、鱼肉蛋禽区、百货副食区、餐饮服务区、生活区、市场管理区七大区域。对于八里桥市场和人们日常生活衣食住行的关系，曾有年轻作家说，心情不好时，她会去八里桥批发市场购物，让那里来自底层和土地的气息，赋予自己热爱生活的勇气。

如今，八里桥批发市场将随着城市副中心的规划建设，结束它的历史使命，未来这里将成为以创新共享、轨道微中心、文创体验等多元功能为核心的高质量产业发展和高品质生活服务功能区。



北京，通州，爱琴海购物公园，北投集团供图。

本版摄影 唐建 常鸣