

新晋非遗

# 与水吉扁肉的“久别重逢”

□本报记者 郑可 通讯员 叶敏敏 文/摄

## 1 地方风味 历史悠久

走进清晨的建阳区水南农贸市场，“咚咚咚”，厚重而有节奏的敲击声从阿木水吉扁肉铺传来。只见建阳区非遗代表性传承人、阿木水吉扁肉铺店主林有木正抡着木槌，在木墩上反复捶打新鲜瘦肉。

“这手艺传三代了，我爷爷那辈就开始做了。我从小跟着长辈学，成家后和妻子一起经营。”停下手中的木槌，林有木笑着说道。作为水吉扁肉制作技艺的第三代传承人，他的摊位虽不大，却藏着这道非遗美食的精髓。

水吉扁肉的美味，源于对原料和工序的考究。

水吉扁肉的核心原料是猪腿瘦肉与面皮。每天凌晨四点，林有木便会到市场选肉，“必须是当天现宰的猪后腿精肉，要肉质紧实、纤维细腻，差一点都不行。”选好的肉要仔细剔除筋膜脂肪，仅留下纯净瘦肉，这是保证口感软嫩的基础。

捶打环节更是丝毫不能含糊，林有木表示，五六斤肉最少要捶打上一个半小时。“得顺着肉纤维横切后竖打，才能保住水分，让肉烂如绵、粘如糊。”他边说边示范，木槌高抬轻落，力道均匀。直到



肉质纤维彻底瓦解，肉糜呈现粉白透亮、黏而不粘的状态，再调入适量盐水、味精提味，掺入少量油渣碎，便能增添独特的酥脆口感与香气层次。如今不少同行改用机器绞肉，但林有木认为：“机器会破坏肉的纤维，哪有手工捶打的有黏性、有嚼劲？”

面皮是水吉扁肉的另一项绝活。据林有木介绍，面皮需以精面粉与清水调和，经反复揉搓、碾压，直至面皮晶莹透亮，最后裁切成均匀的小方块。包制时无需复杂手法，取桂圆大小的肉置于皮心，手指灵巧一捏，一枚小巧玲珑的扁肉便成型。烹饪更是讲究火候，沸水入锅，待扁肉浮起即捞，一分钟内锁住鲜嫩。

## 2 别具一格 八方共享

闽北扁肉制作技艺(建阳水吉)的背后，有着水吉镇古时的商贸移民文化，也是闽北饮食文明的活态见证。

水吉自古便是闽北交通枢纽，是建州的核心产区之一、建盏的诞生地。陆路有贯通浦城县仙霞岭与福州市的官马大道，水路借南浦溪直通省城入海，与相邻六县乡道交织成网，形成辐射闽北的重要物资集散地。

古代码头商船往来如梭，采茶时节，港、澳、穗、榕、厦等地茶商纷至沓来，开设茶行。茶楼酒肆间，水吉扁肉以鲜美的口感、实惠的价格，成为往来商贾歇脚时的慰藉、贩夫走卒充饥的首选，还逐渐融入当地人婚丧嫁娶、节庆宴席，成为乡土生活中不可或缺的一部分。

“相传自唐代起，水吉便吸引了来自全国30多个市县、200余个姓氏的人群在此定居。”建阳区非遗保护中心负责人、建阳区文化特派员、南平市非遗保护协会副秘书长黄刚向记者介绍，他们带来了饮食文化，其中就包括类似扁肉的面食制作工艺。这些工艺在与当地饮食文化相互融合后，逐渐演变成了具有地方特色的水吉扁肉。

值得一提的是，水吉镇在地理位置上与建瓯市相近，在长期的交流和传承中，吸收了建瓯扁

肉的制作技艺，并根据当地的食材和口味特点进行了改良和创新，形成了独具特色的水吉扁肉。

民国时期的水吉街头，叶小葱、陈圣端等15家扁肉店生意红火，林贵生等人带着灯笼挑着扁食担走街串巷……深夜的梆子声里，热汤翻滚的香气温暖过无数夜归人。还有水吉制扁肉人将这份美味带到建阳县、福州、上海等地，让这道美味跨越山海，成为游子乡愁的寄托。



水吉扁肉

## 3 科技赋能 重焕新生

扁食是一种中华名小吃，同样一种食品，在北方叫馄饨，四川叫抄手，广东叫云吞，到了福建，就成了扁食或者扁肉。而在异乡打拼的建阳人眼中，水吉扁肉是最特别的。对他们而言，水吉扁肉早已超越了食物本身的范畴，成为建阳人最深刻的乡愁符号与身份认同的载体。

“一口热汤下去，乡愁就有了安放的地方。”在北京工作的建阳游子李女士感慨道。对无数像李女士这样的游子来说，水吉扁肉早已不是简单的吃食，而是连接故土与异乡的情感纽带，是疲惫生活里最温暖的慰藉。

在阿木水吉扁肉铺的摊位上，包装整齐的肉馅静静排列，等待着通过冷链快递发往全国各地。“冷藏能放三天，冷冻一个月都没问题，提前解冻就能用。”林有木告诉记者，不少在外打拼的建阳人，会特意通过微信下单，只为在异乡也能尝到熟悉的家乡

味。这些情感共鸣，也让水吉扁肉的传承更具生命力，吸引着越来越多人为之坚守与创新。

从闽北扁肉制作技艺(建阳水吉)获评市级非物质文化遗产代表性项目，到黄章进、林有木、冯启亮等7人入选首批建阳区级水吉扁肉(扁食)制作技艺代表性传承人，“这期间，有关部门制定了非遗项目五年发展规划，定期开展传承人技能培训、组织传承人走进非遗美食市集等活动。”黄刚介绍道。

正如冯启亮所说：“只要乡亲们愿意学，我就一直教，让水吉扁肉代代传下去，让家乡越来越富。”水吉扁肉的传承，是在坚守本味基础上的生生不息。从街巷里的小铺到走向全国的快递包裹，从老一辈的口传心授到年轻人的坚守经营，这碗扁肉承载的，不仅是独特的风味，更是一份文化的延续，一份乡愁的寄托。

“一人富不算富，大家一起把扁肉产业做起来，水吉的名气才更响。”清晨五点，水吉镇的集市刚苏醒，建阳区非遗传承人、水吉镇乡厨冯启亮就已穿梭在肉摊间。

冯启亮20多岁时便拜师学艺。2025年1月，他被评为建阳区级非遗代表性传承人。这份荣誉让他更感责任重大。抱着“技艺共享”的信念，他敞开工坊大门，免费向村民传授全套技艺。从肉的纹理处理到面皮的碱水配比，从骨汤熬制的火候把控到扁肉下锅的时机，冯启亮倾囊相授，毫无保留。

水吉镇玉瑶村村民林秀兰便是受益者之一，以前在家务农的她，跟着冯启亮学会手艺后，在镇上开起了扁肉店，如今月收入稳定在上万元。“冯师傅不仅教我们手艺，还帮我们找客源，现在日子越过越有奔头。”在他的带动下，玉瑶村及周边村镇数十位村民重拾扁肉手艺，有的开起家庭作坊，有的在镇上、县城开起扁肉店。水吉扁肉的门店数量逐年递增，形成“一村一品、一镇一业”的餐饮集群。

为了让非遗小吃适应现代市场，冯启亮联合本地农户，建立“非遗+农户”的食材供应模式，统一采购本地土猪、生态蔬菜，既保证扁肉品质，又带动农户增收；推出真空包装、冷链配送的即食扁肉，让远方游子也能尝到家乡味；配合水吉镇农文旅融合发展，将扁肉制作技艺融入乡村旅游体验，

## 4 相逢乡愁 抱团发展

游客可亲手捶肉、包制扁肉，感受非遗魅力。

如今，水吉扁肉不仅是当地人的早餐“标配”，更成为外地游客来水吉必尝的“网红美食”。这道美食每年吸引许多食客慕名而来，带动全镇餐饮、旅游、农产品销售等相关产业，形成“非遗引领、乡厨带动、全民参与”的乡村振兴新格局。

冯启亮的故事是这碗扁肉百余年来薪火相传的生动缩影。2016年，建阳非遗工作者走访了水吉镇一位83岁老人周红廷。据他回忆，其祖父周春奴便以经营扁肉为生，这门手艺通过师徒相授、家族传承与单家独户经营的灵活模式，在时代变迁中绵延不绝。从民国时期的15家店铺，到公私合营后的集体经营，再到改革开放后的个体户遍地开花，水吉扁肉始终活跃在闽北饮食江湖中。

“这项技艺是民生就业的重要载体，学习成本低、经营灵活，能提供大量就业岗位。”黄刚表

示，它还能带动生猪养殖等上下游产业，与旅游资源结合形成“美食+文旅”场景，为乡村振兴注入多元动能。



冯启亮在挑选新鲜生猪后腿肉

## 省级竹编传承人谢宏星：

# 两年磨一“舰”

□本报记者 林李冰 文/摄

近日，在武夷山宋街的竹编体验馆内，一艘长约一米的竹制航空母舰静静“停泊”，却仿佛蓄势待发，吸引着往来游客惊叹的目光。这是福建省非物质文化遗产武夷竹编代表性传承人谢宏星，耗时两年精心创作的“有福之舰”。作品以我国第三艘航空母舰福建舰为蓝本，用最传统的竹编、竹刻技艺，将“大国重器”的雄伟风姿，浓缩于方寸之间。

“有福之舰”长100厘米，高15厘米，宽27厘米。虽非真舰，其细节却足以令人称奇：笔直的甲板上，一架架战斗机整齐列阵，每一架都由谢宏星亲手打磨，形态逼真；环绕甲板的围栏，由一根根如发丝的竹丝精心编织而成；舰尾的螺旋桨，甚至可以轻轻转动，灵动精巧。

为最大程度还原福建舰的风貌，谢宏星在材料选择上极为考究，共选用了近10种竹子。其中最特别的，是用于呈现舰艇底部深色部分的竹材——来自农家灶间、树龄超过80年的老煤竹。这些竹子经年累月悬挂于灶头之上，被袅袅烟火熏染出温润而深沉的栗色，每一寸纹理都浸透着时光的痕迹，自带岁月的厚重印记。

从刮青、破竹、启篾，到蒸煮、晾晒、定型……数十道传统工序后，这些来自不同年代的竹子，在谢宏星手中化作如发丝、薄如蝉翼的竹篾。随后，他以篾为线，运用插、穿、削、编等多种技法，将这些看似柔弱的竹丝，巧妙地编织组合成舰船，刚柔并济，令人



竹编“福建舰”

赞叹。

“传统文化输出一定要有新的概念，有传统的东西展示，也要有当代的功能去输出。”谢宏星如此诠释他的创作理念。从首创竹编二维码，到创作竹编空间站模型，再到如今的“有福之舰”，他一直致力于让古老的非遗技艺与时代脉搏同频共振。

谈及创作初衷，谢宏星的眼中闪烁着光芒。“福建舰是我国自主设计建造的首艘电磁弹射型航母，看到它下水的消息时，我特别激动，就想用自己的手艺为它做点什么。”这份源于对人民海军崇高敬意的赤子之心，让他拿起竹篾，用两年多的时间，将这艘“有福之舰”从图纸编织成现实。目前，作品尚未完全收尾，但谢宏星选择一边制作，一边陈列展出，让更多人能先睹为快。

如今，“有福之舰”陈列在武夷山宋街的竹编体验馆内，成为游客们打卡拍照的热门展品。谢宏星也常常在这里现场演示竹编技艺，手把手教游客体验将竹片分丝、编织的过程，让这门古老技艺变得可触可感。“很多年轻人来这里打卡拍照、学习竹编，传统文化的浸润就是要以创新的方式进行展示和传播。”谢宏星说。

从3000多年前的古老技艺，到现代化的航空母舰；从武夷山下的竹编工坊，到游客们手中的小小竹片，谢宏星用一根根竹丝，编出了非遗传承的时代新篇，更编出了一位民间艺术家对伟大祖国最质朴、最深沉的祝福。

非遗新生