



鲜香扑鼻的肥鱼汤锅。(受访者供图)

一条肥鱼“游”来的家乡味道

湖北日报全媒记者 张元媛 通讯员 刘亚靖

宜昌是肥鱼的原产地和繁育地。诗人苏轼曾赋诗赞美：“尚有桃花春气在，此中风味胜莼鲈”。

2014年到2018年间，仅是西坝渔街，就有20多家餐馆，几乎家家都打着长江野生鱼的招牌，一年到头顾客盈门。

2021年1月1日，长江“十年禁渔”全面启动，拉开了恢复长江生态和渔业资源的帷幕。在保护长江生态、坚决落实禁捕的大前提下，且看宜昌如何发展肥鱼这一标志性美食。

年产肥鱼1500吨 仍供不应求

5月18日，宜昌市点军区梅子瘦身鱼馆，河南游客周俊点了一锅原味肥鱼，奶白色的鱼汤浸润晶莹剔透鱼肉，让他直呼“鲜掉眉毛”。

另一桌，宜昌食客邓如云和家人选择了黄汤肥鱼。“宜昌人口味较重，这锅肥鱼加了黄精，汤略带辣，鱼肉紧实，毫无腥味，肥而不腻。”

肥鱼俗称长江鲟鱼、江团，是典型的长江洄游性鱼类。每年春天，长吻鲟从长江中下游开始生殖洄游，上溯到宜昌南津关开阔的洄水区，逐渐膘肥体胖，鱼肉细嫩鲜美，宜昌人形象地称其为“肥鱼”。

近两年来，肥鱼规模化繁育养殖在宜昌快速发展。

“肥鱼生长周期一般需要3年至4年，才能达到4斤的商品规格。去年，宜昌道地食材示范基地肥鱼产量1500吨。”宜昌市水产技术推广站站长杨军说。

枝江康益水产养殖专业合作社是宜昌规模最大的肥鱼养殖基地。春节期间，合作社销售宜昌肥鱼50吨，除供应宜昌本地市场外，

还销往北京、上海、广州、武汉等城市。

该基地采取工厂化繁育养殖，在养殖池底修建配套管道输送地下水，实现池水的更新和温度调节，最大程度模拟自然生长环境。因肥鱼喜欢夜间捕食，基地还借助自动化系统，实现夜间定时投喂。

杨军介绍，宜昌在加快肥鱼自主繁育养殖的同时，还与科研机构合作推进“暂养”模式——即在气温较高地区将肥鱼养殖到4斤左右，再转运到宜昌暂养提质。

梅子瘦身鱼馆门前，有18个肥鱼“暂养池”，每个池宽4米、长10米，池水为青龙峡清澈的山泉水。梅子瘦身鱼馆负责人邓明福说，养殖基地的肥鱼长到4斤左右，就会转运到“暂养池”，继续生长1至3个月，才会端上餐桌。“暂养后的肥鱼没有土腥味，肉质劲道，品质上乘。”

点军区科技经信(商务)局局长鄢晓红介绍，该区肥鱼餐饮企业已有20余家。规模化养殖后价格更为亲民，“吃肥鱼已成为来宜昌旅游的打卡项目”。

“接二连三” 做强肥鱼产业链

去年5月，宜昌举办首届肥鱼节，被中国烹饪协会授予“鲟鱼(肥鱼)美食地标城市”。

今年5月，宜昌市肥鱼协会成立，邓明福当选首任会长。会员60人，涉及肥鱼养殖销售、餐饮加工、肥鱼文化、养殖技术、营养学等行业。

在楠木溪水库旁，湖北明福生态农业开发有限公司拟投资1.5亿元，建设宜昌肥鱼数智化产业基地，以肥鱼种苗培育、养殖销售、科普研学、肥鱼文化、药膳肥鱼等为核心，打造肥鱼规模化、品质化、品牌化全产业链。

鄢晓红介绍，点军北斗产业园也将为肥鱼产业基地插上智慧翅膀，遥感监测数据实时采集各项渔业参数，实现养殖精准化作业，养殖过程数字化管理。

枝江一尘水产养殖专业合作社

立“依鲜鲜”品牌，开通两条生产线，主要做鲟鱼和肥鱼深加工，并推出肥鱼汤等菜品。目前，宜昌、武汉、江西的线下连锁店正在筹建，将实现从原料到成品、从源头到终端的全流程开发。

邓明福也正在研发肥鱼罐头、自助烤鱼产品，将宰杀整理好的肥鱼用锡纸包裹，配上秘制烧烤调料，保鲜处理后销往全国各地。

杨军介绍，宜昌市水产技术推广站与华中农业大学水产学院科研团队合作，依托优质的水资源，开展肥鱼品质提升关键技术研究，建立高品质肥鱼标准化技术体系。目前，已初步形成集肥鱼苗种繁育、商品鱼养殖、产品精深加工、餐饮休闲于一体的全产业链，预计今年年底，宜昌道地食材示范基地肥鱼产量可达3000吨。

“山多鸡为主，水阔鱼当家。”一方山水，培育一方美味。

近日，新“宜昌十大名菜”评选出炉，宜昌原味肥鱼、鲟鱼子酱、风味夷陵黄牛、三游神仙鸡、土家腊味合蒸、远安土泥鳅火锅、昭君眉豆煲、屈乡粽橙之恋、金汤魔芋米、宜昌天麻养生汤等榜上有名。

作为一座旅游名城，美食对宜昌旅游的贡献举足轻重，“宜昌十大名菜”随着城市烟火和产业发展推陈出新，不断变迁。

干烧铜鱼、土家抬格子、银针鸡丝、宜昌炕洋芋、清江鱼头、懒豆花等，都曾上榜宜昌名菜。今年的十大名菜，首次上榜的有鱼子酱、黄牛肉、魔芋米、天麻养生汤等美食，而始终稳居榜首的宜昌肥鱼，从昔日的长江“野味”，“游”出了一条规模化养殖产业链。

鱼子酱与鹅肝、松露一道并称世界三大珍馐，因其价高而被称为“黑珍珠”“软黄金”。

随着养殖技术的发展，中国跃居鱼子酱生产大国。而凭借清江流域得天独厚的水质环境，以鲟鱼养殖闻名的宜都也成为我国鱼子酱的重要产区。

过去，鱼子酱仅出现在少数星级酒店、高端餐厅。如今，清江鱼子酱频频现身自助餐、大型商超和百姓餐桌。

宜都鲟鱼养殖总量达110万尾 清江鱼子酱菜品价格越来越亲民

湖北日报全媒记者 金凌云 通讯员 朱灿义 黎文来



工人挑选鱼子酱。(湖北日报全媒记者 刘曙松 摄)

创新菜品引食客尝鲜

鱼子酱是宜都的重要农产品。前不久，宜都大酒店推出创意菜“鲟鱼子酱”，获评“宜昌十大名菜”。

蜜橘与野生葛粉熬制成橘片冻胶铺底，放上鲟鱼片，再点缀鱼子酱，一道层次分明，整体金黄的“鲟鱼子酱”出锅，入口酥脆，鱼子酱在舌尖迸发，回味无穷。

宜都大酒店厨师长谭洪亮介绍，这道创意菜经过半年研发，将鲟鱼、蜜橘、鱼子酱、葛根粉等多种食材融合，菜品设计更为精致，也可中和初次尝鲜不适感，让食客拥有前所未有的味蕾享受。

此前，酒店曾推出10克一罐的鱼子酱产品，但并非所有食客都能接受鱼子酱的味道。后来，酒店根据鱼子酱特点和消费者需求，先后研发推出澳洲鱼子酱木瓜卷、香煎鲟鱼排鱼子酱、芙蓉蛋羹鱼子酱、面包片鱼子酱、鱼子酱翡翠兰花豆等菜品。此次新研发出的鱼子酱菜品，每份售价68元，引来不少食客尝鲜。

在宜都高坝洲镇千鱼干、天平山鱼馆等私房菜馆，琳琅满目的鲟鱼宴、鱼子酱特色宴，已成为远近闻名的“宜都味道”。

小罐装畅销国内市场

5月18日，宜都高坝洲镇天平山村，清江鲟鱼谷特种渔业有限公司无菌低温车间里，工人正在手工分装鱼子酱。

刚刚从鲟鱼腹中取出的鱼卵在经过揉搓、冲淘、沥水等多道工序后，被专业技术人员装进罐子里压实密封。

“为确保鱼子酱鲜度与口感，所有工序不超过15分钟。”公司总经理李坚义介绍，短短半天时间，已有1.2万盒10克装鱼子酱出货，运往全国各地市场。车间里，从5克到500克不等

的10种不同规格鱼子酱，一应俱全。其中，5克和10克的小罐装需求量最大，主要供自助餐、商超或者线上销售。

2015年，该公司落户宜都后，一直做出口生意，生产的鱼子酱95%销往欧洲、中东等地。2020年起，国内市场需求猛增，越来越多的经销商主动对接，寻找货源。

公司行政总监马敏介绍，去年春节期间，公司鱼子酱销售比上年同期增长了一倍多，其中礼品市场是上年同期的20倍。淘宝平台上，一款宜都产鱼子酱，5克装售价50元，销量已超10万+。

与之相适应，鲟鱼的养殖面积迅速增长。马敏介绍，随着国内市场需求快速增长，鱼子酱供不应求，预计今年公司产量将增加50%以上，产能突破120吨。

梯度培育形成稳定供应

李坚义介绍，产出优质鱼子酱的鲟鱼品种是欧洲鳇、达氏鳇和一些人工杂交鳇鱼，这类鳇鱼达到产卵年龄后，年龄越大，其鱼子酱的品质越好。“符合取卵标准的鳇鱼，少则需要生长七八年，多则20年。”

传统的鱼子酱由捕捞自里海、黑海等水域的野生鳇鱼卵制成。我国不断攻克野生鳇鱼驯养难题，形成了世界最大的鳇鱼养殖繁育加工产业链。

目前，清江鲟鱼谷特种渔业有限公司已发展养殖基地1650亩，拥有1000多个精养鱼池，鲟鱼总量达110万尾。其中，年龄最大的是一条2002年的达氏鳇，今年已22岁。

他说，鱼子酱要想形成稳定产品供应，需要提前布局产能，后备养殖梯队扩充起来，才能更好支撑未来的市场需求。“我们每年还在培育各品种的新鱼苗，形成近1岁到20岁的稳定梯队，确保年产鱼子酱过百吨。”

夷陵牛雪花牛肉 跻身高端市场

湖北日报讯(记者金凌云、通讯员黄路遥)肉质鲜嫩，入口细腻。近日，风味夷陵黄牛入选“宜昌市十大名菜”。

本届宜昌十大名菜评委胡立洪介绍，“风味夷陵黄牛”所用食材“夷陵牛雪花牛肉”是国家地理标志产品，不管煎、炸、烤、涮，多种烹饪方式都能保持牛肉味鲜美嫩。

走进枝江市仙女镇丰联沃农业开发有限公司的肉牛养殖基地里，草场一望无际，山上一群夷陵牛正低头吃草、休憩，不时传来洪亮的“哞哞”声。

夷陵牛是三峡地区独有品种的牛，之前一直是当地的“土黄牛”。

几年前，国家肉牛牦牛产业技术体系首席科学家曹兵海在枝江调研时发现，宜昌的土黄牛与日本和牛、安格斯牛等用于生产雪花牛肉的肉牛品种体型相似，力气大、骨骼细，经过科学养殖，可以培育出“雪花牛肉”。经过科学调配饲料配方、精心饲养，夷陵牛成功产出A1-A4级别的“雪花牛肉”。

据介绍，一头800斤的夷陵牛出肉率约为38%，其中A4级以上的雪花牛肉不到20斤，主要是外脊、眼肉、上脑等靠近牛背部的位置。产出雪花牛肉后，每头牛价值从1万多元提高到7万多元。一块150克的4A级牛肉，红色肌肉纤维间均匀分布着雪花形状白色脂肪，价格约在200元左右，高端市场供不应求。

夷陵牛养殖条件高，需要自然的牧场和本土化饲料，且成本较高，规模化养殖经营难。如何持续产出高质量雪花牛肉?

枝江市把母牛分散到千家万户，用市场机制联农带农。湖北丰联沃农业开发有限公司董事长肖贤方说，根据企业、合作社、农户的不同特点，确定了分工、分享、分利原则。企业专注于技术改良、产品开发、品牌创建、销售拓展;合作社专注于团结农户，提供统一溯源管理、统一饲料供应、统一技术服务、统一销售渠道等公共服务;农户在企业和合作社的帮助下专注于养殖。这一方式让夷陵牛以每年20%的速度增长。2023年，枝江市实现夷陵牛存栏2.9万头，出栏1.7万头。

目前，该市已助力发展肉牛养殖示范村12个、示范户134家、标准化牛舍291栋，村里户均增收13.5万元。

长阳烹出金汤魔芋米

湖北日报讯(记者吴坚、通讯员覃丹)浓汤打底、青豆点缀、南瓜汁调色，再放入晶莹剔透的魔芋米，大火煮开，一道鲜香浓郁、软糯爽滑的新宜昌名菜“金汤魔芋米”即成。

“魔芋米是低热量人造大米。”长阳瓯悦酒店主厨陈得华说，它既保留了优质膳食纤维，又富含蛋白质和多种营养元素。

长阳土家族自治县是“中国魔芋之乡”，魔芋种植历史悠久。过去，当地人采用手工磨制的魔芋豆腐，常用来凉拌、爆炒或下火锅。

2007年，一致魔芋公司落户长阳，深耕魔芋亲水胶体(魔芋粉)等深加工产品。2020年，一致魔芋将魔芋粉精细加工成颗粒，酷似天然稻米，清香诱人，筋道爽口，既可当作主食，也可用来炖汤。

为推广地方特色美食，长阳瓯悦酒店采用一致魔芋研发生产的魔芋产品，开发出金汤魔芋米、南瓜汁煮魔芋米、魔芋鲜鱼片、魔芋鲜虾球、魔芋粉丝、魔芋素毛肚等菜品，打造魔芋宴。

“消费者越来越注重健康饮食，魔芋作为一种低热量、低脂肪、高纤维的健康食品，是非常理想的养生主食。”长阳瓯悦酒店负责人李霞云说，魔芋米味道清淡，用猪骨、鸡肉等食材熬制的浓汤调味，养生亦不失美味。

目前，长阳魔芋综合产值达20亿元，一条以一致魔芋为核心，涵盖种植、初加工和精深加工的全产业链已经形成。



厨师手中的“鲜鱼子酱”。(湖北日报全媒记者 金凌云 摄)

五峰天麻炖成养生汤

湖北日报讯(记者吴坚、通讯员王登府)天麻片若干，五峰土花鸡一只，文火慢炖8小时，就是一锅上好的天麻养生汤。

4月，宜昌明福药膳基地推出的天麻养生汤，入选宜昌十大名菜。梅运君的老家在五峰土家族自治县五峰镇石梁村，村里家家户户种天麻。行情不好时，当地村民会把没卖完的天麻晒干切片，用来炖煮土鸡、腊蹄子等。

2020年，梅运君和丈夫邓明福来到宜昌城区开办明福药膳基地，推出天麻炖鸡、天麻炖蹄子、天麻炖羊肉、蜜汁凉拌天麻等菜品。

由于当时天麻作为中药材，常用于治疗肢体麻木、手足不遂、眩晕头痛等症状，并不能作为食品在餐饮行业正式销售，梅运君只得将这些菜品下架。直到2023年，天麻才被国家卫生健康委和国家市场监督管理总局正式列入“按照传统既是食品又是中药材的物质”。

五峰林科所所长桑子阳介绍，五峰天麻种植面积近6000亩，干天麻年产量达4000多吨，天麻作为食品进入市场后，将极大促进五峰天麻产业的发展。

目前，五峰林科所正在联合三峡大学，着手对天麻进行品改，使其更适合食用。



五峰新型菌材林下栽培天麻。(湖北日报全媒记者 刘曙松 通讯员 王登府 摄)