

鲜香、驶嫩，味极珍美的特色。南通民间有刀鱼不过清明，鲥鱼不过端午”之说。谓刀鱼清明之后骨刺变硬，风味变差。其实风味变差的重要原因是脂肪丢失，鱼体羸弱所致。3 两以上的江刀、海刀，都是优质刀鱼。

中国烹饪应用刀鱼的历史久远，早在《尔雅》中已见记载；三国时曹操喜食刀鱼见于《魏式食制》；北魏《齐民要术》有“干鲚鱼酱法”；唐代杨晔《膳夫经手录》指出格鱼为脍领佳；宋代《吴氏中馈录》中有“炙鱼”二法记载；《随园食单》记有蒸煎刀鱼二法：清《调鼎集》搜集的刀鱼菜品就有煎解鱼、解鱼圆，炸鲚鱼，印鲚鱼、脐鱼饼、解鱼配虾圆、脐鱼汤、解鱼豆腐、重（脐）鱼等，还有制“鲚鱼油”法。

刀鱼入馔可整形烹制，也可切割解体加工成块、条、丁、片乃至剁，广泛应用于冷菜、热炒、大菜、汤、面点、小吃。做冷盘可卤、炸、烹、烤、糟、酱、泥、松等；做热菜可蒸、烧、余、浸、烩、扒、炸、缩、爆、炒、煎等。只要厨者得法，皆成美味珍馐。

南通是中国刀鱼的主产区。南通人民在实践中对刀鱼品质的鉴别，烹制，积累了丰富的经验。第一，刀鱼产于何地？什么水域？是江刀、海刀、湖刀还是河刀？是什么时段的刀鱼？——一般都能鉴别，以致捕于南通何地段的刀鱼都会有选择性地运用。俗话说“选了好食材，才能做好菜”。第二，经过上千年对刀鱼烹制实践的摸索、研究、改进、创造，传示，三任技艺于炉火纯青，为千方百计彰显出刀鱼本身的真味，厨师们形成了刀鱼的两条共识：①加热时要保住鱼体内的水和油；②调味料和配料以清淡为主，方能凸刀鱼独特的香腴鲜美。

南通厨师对“皮里锋芒肉里匀精工搜剔在全身”的刀鱼出骨技术，被烹饪界誉为“绝顶”。

刀鱼虽美，但骨刺较多，为扬肉质鲜美之

长，避小刺繁多之弊，能将刀鱼脊背刺和小刺全部剔净的厨师已风毛麟角，即使有也只能做一两个菜品。南通厨师独创的无刀鱼全席——四冷碟，四热炒，四大菜，一汤菜，一甜菜，两点心，共 16 个品种个个精美无刺，款款口味不同，只只烹法各异，样样口感有别。

20 世纪 80 年代南通中华园、新华饭店都挂牌对外供应，随到随吃。南通厨师烹制无骨刀鱼的绝技，使中外烹饪界望尘莫及，中国各大权威烹典都把它作为“中国烹饪文化精髓技艺的瑰宝”收录。可惜的是，由于生态环境的恶化——污染和滥捕，给刀鱼的生存带来了火顶之灾。

如今南通所捕长江刀鱼的数量实在太少，船一靠码头，鱼瞬间就被买者席卷一空。有的早就被渔老板订购，根本到不了市场。2016 年 3 月 24 日，南通媒体记者跟随苏通渔 26604 下水捕捞江刀。下午 3 时潮来了，开始撒网。6 个渔民分工协作，等到潮落收网，只捕到一尾刀鱼。更为沮丧的是，扬中的渔船在江上捕了几天，竟只捕到 1 条刀鱼这也着实难为了中央电视台四套《走遍中国》节目组，他们还在船上跟拍呢！结果是无功而返。

据刀鱼商反映，南通平均每天每船大概只能捕到六七条刀鱼，而下游的崇明每天却能捕到 3000 多斤！他们哪来的这么多刀鱼？原来，他们从海边开始便布起密密麻麻的渔网迷魂阵。海里的刀鱼要进入长江可谓是杀机重重。渔民们是把船开进了大海，回来再把船停靠在崇明岛码头，将海刀充作江刀在出售。其实很多地方的“长江刀鱼”不是从江里捕来的，而是用汽车长途贩运来的！南通的水产老板丁余英说，南通市场上的刀鱼基本上都是从常州批发市场进的货，除了从常州、江阴、靖江运来的所谓“江刀”外，大都是浙江、福建、崇明的“海刀”，不仅不名副其实，还屡曝天