

# 吴江的“香青菜”为何叫“瘦八斤”？

苏州市吴江区农业农村局 2026年3月25日 17:18 江苏

最近，吴江的**菜花头团子**

又又又又.....火了



菜花头团子的灵魂

是菜花头干

而菜花头干的前身

就是太湖边“夜潮泥”里长出来的——

香青菜



融融发现这香青菜  
有些人叫作“**瘦八斤**”  
也有人叫作“**绣花锦**”“**绣花筋**”  
它到底应该叫什么？  
为什么有这么多个名字呢？

融融也查了很多资料



吴江作家周伟虎曾在文章里提到  
他小时候偶尔听大人们讲起  
这香青菜，**最瘦的也要有八斤重**  
所以就叫作“**瘦八斤**”了



香青菜的个头  
虽然比其他矮脚菜要大得多  
还是怎么也不相信能有八斤重  
即便是一斤六两的老秤  
但是，因为从小周边人都这么叫  
也就觉得顺理成章

周伟虎在该文中还写道  
“瘦八斤”还有一个更高雅的学名——

## “绣花锦”菜



大概是菜叶边缘有细细的锯齿形

叶面的脉络富有曲线美

人们就高攀了一个仙女的传说：

她从震泽的上空飘过

被美丽的水乡吸引了，微风吹来

一不小心将她的绣花锦衣吹落

以至于这片土地上长出来的青菜

也带着那仙女特有的柔软和馨香

.....

“瘦八斤”便有了这传奇名字——

“绣花锦”了



吴江作家张金龙

也曾在文章提到“**绣花锦**”的传说

有一位仙子下凡

路经万顷笠泽

被美丽水乡泽国所吸引

一不经意分心了

在当地遗落了自己的“**绣花锦衣**”

以至于这片土地上长出来的青菜

也带着小仙女特有的柔软和馨香

因此便有了另一个诗情画意的靓名——

**“绣花锦”**



另从现实的角度来讲  
香青菜叶薄、脉明、筋青  
形态酷似江南绣娘绣出来的花边  
被坊间称为“**绣花筋**”  
也不足为奇



苏州市美食界名师蒋洪先生，对吴江餐饮文化研究颇深，他曾指出：

“

“关于‘绣花筋’，筋是指此菜白色筋状纹理如绣花。”

”

“我们小时候有点搞不懂这香青菜为啥又叫‘瘦八斤’，后来偶尔听大人们讲起，这青菜，最瘦的也有八斤重，还有的是‘九斤的姑娘’，所以干脆叫作‘瘦八斤’了。”

“

“虽然，香青菜的个头的确比其他‘矮脚菜’要大得多，但怎么也不相信能有八斤重，其中不乏夸张与戏说的成分。老百姓调侃得好极啦！”



关于香青菜

你怎么称呼它呢

快来评论区聊聊吧~

来源：融媒吴江、吴江通

审核：沈奕清

签发：翁春强

