

海南岛简称「琼」，由于盛产椰树，故又有「椰岛」之称。这个海岸线长达一千五百多公里的大岛，与东南亚多国接壤，素以「海南鸡饭」闻名。其实，海南岛的风味菜式不止一味，还有「白切文昌鸡」、「海南嘉积鸭」、「白汁东山羊」和「琼酱和乐蟹」，合称「海南四大名菜」。

琼酱和乐蟹

海南岛四面环海，海产丰富，其中又以盛产于和乐的膏蟹见称。厚身短脚的和乐蟹，以什锦酱爆炒，肉厚膏肥，鲜香诱人。所谓什锦酱，即琼酱，乃海南省家家户户必备的佐膳妙品，其调制成分主要是花生粉和芝麻酱，至于糖、醋、酱油、胡椒、五香粉、麻油、酒、辣椒……则丰俭由人，各自各精采。

海南嘉积鸭

嘉积鸭，俗称「番鸭」，是琼籍华侨早年从国外引进的良种鸭，其饲养方法十分特别讲究：先给小鸭仔喂食淡水小鱼虾或蚯蚓、蟑螂，约二个月后，当小鸭羽毛初长时，再以小圈圈饲养，缩小其活动范围，并用米饭、米糖掺和捏成小团块喂食，二十天后便长成肉鸭。

嘉积鸭的肉质，特别在于鸭肉肥厚、皮白滑脆，皮肉之间更夹着一层薄脂肪，特别甘美，其烹制方法繁多，但以白切最能体现原质原味，因而最为有名。

白汁东山羊

东山羊产于万宁县东山岭。岭上怪石嶙峋、草木茂盛、甘泉畅流；而放养的山羊，毛色则乌黑光亮、皮嫩肉厚、味美、无腥味。据传早在宋代，东山羊就列为皇室贡品，民国时代，南京政府也将其列入「总统府」膳单，而今更是名扬四海。用东山羊烹制的佳肴，以东山岭宾馆的「白汁东山羊」最具代表性。

白切文昌鸡

海南最负盛名的传统名菜，号称「四大名菜」之首。文昌鸡是一种优质育肥鸡，因产于海南省文昌县而得名，其特点是身体不太、毛色鲜艳、翅短脚矮、身圆股平、皮薄滑爽而且肉质肥美。

文昌鸡的传统吃法是白切，蘸着吃的酱汁则是精髓所在；同时配以鸡油鸡汤精煮的米饭，俗称「鸡饭」。白切文昌鸡在海南不论筵席或家庭菜皆派用场，而在香港、东南亚一带也备受推崇，名气颇盛。