

国人饮茶,向来都很看重煮茶之水。称“器为茶之父,水为茶之母。”张大复在《梅花草堂笔谈》中说:“茶性必发于水,八分之茶,遇十分之水,茶亦十分矣;八分之水,试十分之茶,茶只八分耳。”可见,饮茶,择水、辨水,很为重要。

在古人辨水中,至今仍然流传着两个这样的故事。

进士出身的张又新,对茶事颇有研究,他的《煎茶水记》中,引述了楚僧的《煮茶记》中记载的这样一个故事。

唐代宗时期,湖州刺史李季卿在赴任时路过扬州, 偶与陆羽相逢。那时,陆已是人们公认的茶神,李很倾慕陆,便邀请陆一起到扬子江驿站吃饭。席间,李说,陆君善茶,已是天下闻名,扬子江之水,也是天下闻名,今天“二名”相聚,可谓千载难逢,岂能虚度? 于是,他命随军中的一位可信之士带瓶坐船去取南零之水。陆羽不想扫兴,也备好煎茶器具,等候水至。没多久,军士取来水。陆羽用勺取水,看了一下后便用勺扬了扬水说,此水虽是江水,但却不是南零之水,应该

茶里茶外



是临岸的江水。李季卿看了军士一眼,军士急说,此水是我划船取来的,有多人看见我取水呢。不少人也为军士作证。陆羽没接话,默默地将瓶水倒出,倒至一半时忽然停住,又用勺取水扬了扬说,这才是南零之水呢。取水军士惊骇,下跪说, 其实我的确是取了南零之水,可船行回时摇晃得厉害,瓶里的水

洒了一半,我怕您嫌水少,于是就在江岸边将水盛满。您的鉴别力真神,不愧为茶神。

李季卿与宾从数十人眼睹陆羽如此神功,人人都大为骇愕。

在古人辨水之中,还流传着王安石与苏东坡的故事。

话说苏东坡从黄州回京待职。行前,他突然想起相爷王安石托他

文 / 心田

带着三峡中的中峡水回来煮茶。于是,他特地准备了瓮器。船行至三峡时,苏东坡见两岸美景无比,就思考着作一篇《三峡赋》,由于结构欠佳,他写不下去。加上连日劳累,不觉睡去。因苦苦构思写文章,苏东坡忘了叫人在中峡打水。当他醒来时,船已过了中峡,行至下峡。苏东坡即吩咐船家,将船开回中峡,他要取中峡之水。船家说,老爷,三峡相连,水如瀑布,船如箭发,若回船便是逆水行驶,用力甚难,且又只能日行数里啊。苏东坡自知困难重重,便问,此处可否停船,有居民否? 船家说,船至归峡,山水之势渐平,没多远,就有市井街道。苏东坡停船后,对船家说,你上岸去看有年长知事的居民,唤一个上来,不要声张。船家领命,上岸没多久,就带一个老者上船,苏东坡问,三峡之中,哪一峡水最好。老者答,三峡相连,并无阻隔,上峡流于中峡,中峡流于下峡,日夜不断,一样的水,

难分好歹。苏东坡暗觉有理,于是叫手下将下峡之水,满满地汲了一瓮,用柔皮纸封固继续上路。

苏东坡一回到京城,就带着那瓮蜀水去见相爷王安石。相爷见苏东坡带来蜀水,很是高兴,亲自以衣袖拂尘,打开纸封。命童儿茶灶中生火,并取白定碗一只,投阳羡茶一撮于碗里。待水煮至起蟹眼,急取起倾入。其茶色半晌方见。相爷问,此水何处取来? 苏东坡说,巫峡。相爷说,真是中峡之水? 苏东坡说,正是。相爷说,又来欺老夫了,此水乃下峡之水,如何假名中峡? 苏东坡大惊, 急速说老者之言,说三峡相连,一样的水,晚生误听了,实是取了下峡之水,老太师何以辨之? 相爷说,这三峡之水,出于《水经补注》。上峡水性太急,下峡水性太缓,惟中峡缓急相伴。太医乃名医,知老夫乃中脘变症,故用中峡水引经。此水煮阳羡茶,上峡味浓, 下峡味淡, 中峡浓淡之间。今见茶色半晌方见,故知是下峡之水。

苏东坡想不到相爷的茶艺如此之高,只好认错谢罪。

微熏快感

一壶浊酒喜相逢

文 / 大伟

不敢肯定我是什么时候开始喝酒的,第一口酒是什么时候喝的,记得清楚的是饕酒大约在十岁,那时对酒就有特殊喜好。小的时候和绝大部分人家一样,我家的家境也不好,家里通常就没有酒,那时候酒算是奢侈品,另外我父亲也不喜欢喝酒。记得有一次无意间在一个木箱子里发现有一瓶葡萄酒,鬼鬼祟祟打开咕咚两口,谁知原来是小磨油! 恶心得我以后有十几年没吃过那东西。

没有酒还想喝,就要充分发挥想象力创造条件喝上酒,无非是蹭酒喝,在蹭字上下功夫。蹭过不少次,有时候也出卖点什么换,比如和一个同学打得火热,丑恶目的之一是喝他爸爸的酒;比如拿自己心爱的弹弓从一个同学那里换来二两烧酒。最经典的是有一次同学有机会偷偷灌些酒给我,可我没有容器,急得没办法把自家一个不用的醋壶洗巴洗巴灌了一壶,足有四两! 可那味道实在是太差,醋壶没刷净,一股子醋味。

有些人平时很沉闷无趣,一旦酒到二八板,就会像换了一个人,变得风趣活泼。我有一个同事,平时三棍子打不出一个屁,酒到了量话就



多。因为他肚子里有货,一旦健谈,往往引人入胜,所以我们常常为听他侃灌他酒喝。有一个朋友比较奇怪,喝多了就哭,其实他平时很开朗一个人。常言说:酒后吐真言,这话很有道理。有个朋友,平时很沉稳拘谨,一喝多就跟流氓似的,后来遇上事儿了,还真够流氓。

让人不舒服的是和不熟的人凑场子一起喝酒,而让人厌恶的莫过于陪不得不陪的人喝酒,假如对方架子大摆谱,那就更难受,简直让人

厌恶至极。有一次请一个不是东西的家伙喝酒,没喝几杯那家伙荒淫无耻的本性就暴露出来,肆无忌惮地公然调戏服务小姐,弄出很大动静,我气不过,一通猛敬猛灌,过后听说他那晚吐血,差一点送医院,这才气消。

常常喝酒总有把握不住喝高的时候,喝高了不乱来,高了也无所谓,但有时候是千万不能喝高的,最让我觉得丢脸的一次是,第一次去我妻子的姑家,那时候我们还没有结婚。因为她姑父书法造诣颇深,出于真正的敬佩和小辈对长辈的尊敬奉承,我请他给我写几个字。她姑父是工会出来的干部,酒场上可想而知,一定是老江湖,结果我被她姑父左一杯右一杯劝着喝了不少,直至大醉。事后父母亲大人岳父岳母大人都数落我,自己也觉得很没脸。本来那种场合是不该喝醉的,呵呵。

《三国演义》开头有一首词,其中“白发渔樵江渚上,惯看秋月春风。一壶浊酒喜相逢,古今多少事,都付笑谈中”一段我最喜欢。我认为和志趣相投的朋友一起,长叹阔论,拿天下事作下酒的菜,畅饮,最妙。历经江湖风云后,磨尽了雄心壮志,练达世故,归于沉寂,两老江湖的默然对饮,当然更妙。因为喝下去的不只是酒,而是一生的浮云旧事!

休闲时光

爱上阳光曲奇饼干

文 / 蓝调莎

天气不再那么炎热,下午茶的花园又可以移到户外了。自己的花园虽然小,但由于酷爱生态,花在上面功夫不少。因此,坐在由草地、大树、花坛、鱼塘、小喷泉组成的门前户外,非常舒适与感恩。

眼下花坛石阶上,头排二排是头颈细细、花瓣随风摇曳的玫红、洋红和白色波斯菊,末排是白色牵牛花与红色金鱼草。在通往户外玻璃门的两旁,上排是两大盆盛开着大碗碗口般花朵的玫红绣球,下排是两满盆从春天一直开到秋天的浅红色天竺葵。

花园围栏上,蔷薇正启开着第二次笑脸。北面地里,草莓结出的甜熟浆果,已给小鸟啄尽;然后,它们又飞向葡萄架,一只只小嘴巴每天唧唧唧唧地,翻遍上下,催促葡萄快点熟。南面泥土里,翻滚着蚯蚓与蹦跳着买来时还是蝌蚪的青蛙,有机蔬菜色拉的主角:生菜、黄瓜、欧芹和圣女果正长势良好。围栏间缝里,黄瓜、南瓜与丝瓜正往上攀出绿色的藤蔓……

户外下午茶,面对花园景色,可以围坐在本白色遮阳伞下,也可以与阳光亲密接触。当户外光线驱除掉一些肌肤平时在电脑和书本前形



成的苍白后,此刻,人感到一种无与伦比的享受。当人的骨子里多注入阳光成分后,走进社交圈,因心态健康和类型阳光,走到各处都受欢迎。

与朋友同乐或一人独处时,都可以在户外下午茶。坐在铸铁椅子上,桌上放着喜欢的饮品。人多时,或者拿出茶具冲摇普洱茶,或者现榨西瓜汁,茶点就配自制曲奇饼。将牛油、面粉、白糖、奶粉与鸡蛋混合打发后,加上葡萄干拌匀,在烤盘上用模具做好曲奇饼样,放进预热的烤箱里烤 20 分钟,即可告成。

有温度的葡萄干曲奇,因里面一粒一粒烤硬的葡萄干,咬在嘴里,很有嚼头。如与经典的蓝罐曲奇放在一起,因自制的曲奇刚新鲜出炉,且不加防腐剂,一点都不会逊色于其。它在朋友中受欢迎程度往往要超过后者。

月饼牛奶真果粒 中秋绝配新吃法

文 / 吕争



中秋赏月吃月饼,常以清茶相伴。而今饮品众多,如何吃出美味和营养,这就是味蕾调和之艺术了。其实,人们在日常生活中,只要稍加留意,就能很好地调配出健康美味的食品。今年由新民晚报联手“杏花楼”热销的四款月饼配以“蒙牛乳业”研制的四款真果粒牛奶饮品,真可谓是今年中秋最时尚的搭配吃法。

家常月饼有豆沙、莲蓉、绿豆蓉和椰芸等,而牛奶属常温液态,边品月饼边喝牛奶,确实是营养+美味的最佳味道。由蒙牛乳业研发的真果粒,是全球首款含有可嚼果粒的新一代常温牛奶饮品。它有“黄桃、芦荟、椰果和草莓四款口味。代表了牛奶在美丽、时尚和营养方面的差异化创新。今年中秋的新口味新时尚绝配吃法:月饼+真果粒饮品。

第一口味

绿豆蓉月饼+芦荟真果粒

绿豆蓉月饼口味细腻,口感清淡,营养丰富,是月饼中口味较为素雅的一款。吃的时候若配上清香淡醇的芦荟真果粒,口感爽中见爽。我国明朝的李时珍编著的《本草纲目》,对芦荟作了较为详细的考证。被誉为“不需医生”。不仅在药用方面有着奇特疗效,而且是美容佳品。绿豆清火解毒,咬上一块绿豆蓉月饼,轻轻吸上一口芦荟真果粒,能起到很好的口感调味作用。

第二口味

豆沙月饼+黄桃真果粒

豆沙月饼可谓众人皆爱,老少皆宜。细细微甜的豆沙在口中慢嚼,清纯微香,而黄桃真果粒具不溶质,黏核,味甜酸的性质,质细而致密,喝上奶香醇厚的黄桃真果粒,口感舒适,满嘴异香,不忍离口。

第三口味

莲蓉月饼+草莓真果粒

莲蓉月饼清爽滑润,香糯清淡。草莓果粒鲜嫩多汁、郁香酸甜、风味独特。草莓及其制品更是孕妇和老年人不可多得的保健食品。若配上草莓真果粒独特的香浓味美,令舌尖回味无穷。

第四口味

椰芸月饼+椰果真果粒

高纤维椰果是一种多糖类纤维素,对有机毒物有吸附作用,它有调节血糖值效果,抑制胰高血糖素分泌,预防糖尿病,防止肥胖,降低血压之功能。而椰芸月饼的口感很纯,清新淡雅,沁人心脾,甜甜的,糯糯的口感配上同味椰果真果粒,干湿相配,真的叫好吃。

吃月饼的口味和感觉,个人各异。但搭配出可口美味,吃来着实是一种口福,年年中秋赏月饼,今年的新绝配吃法您不妨试试。

饮食书笺

『电脑族』该喝什么?

文\韩新华

枸杞茶:枸杞子含有丰富的β胡萝卜素,维生素B1、维生素C、钙、铁,具有补肝、益肾、明目的作用。不管是泡茶或是当零食来吃,对眼睛酸涩、疲劳、近视加深等问题都有很大缓解。

绿茶:是近几年来最为人们所津津乐道的养生饮品,因为其中含强效的抗氧化剂儿茶酚以及维生素C,不但可以清除体内的自由基,还能使副肾皮质分泌出对抗紧张压力的荷尔蒙。当然绿茶中所含的少量咖啡因会刺激中枢神经,最好在白天饮用以免影响睡眠。

决明子茶:决明子有清热、明目、补脑髓、镇肝气、益筋骨的作用,便秘的人在晚餐后饮用,对治疗便秘很有效果。

