

好吃周刊

B27
 镜箱豆腐
 B28
 琉球滋味



本报副刊部活动专版部主编 | 总第 301 期 | 2013 年 5 月 10 日 星期五 责编:潘嘉毅 视觉:董春洁



5 月 5 日,湖北省十堰市郧县一美术培训中心,孩子们通过彩蛋制作、斗鸡蛋、蚕豆手工制作、品尝亲手采摘的豌豆等活动体味立夏的习俗。—— 文/闲空 图/IC

红泥小炉

所谓“丝丝入扣”(上期题目),是指一丝丝的梅菜、霉干菜乃至笋干,藏在扣肉里面,被扣肉的油脂浸润,让人获得那种“‘扣’人心弦”的感受。其实呢,有些没有“扣”字的肉,也是扣肉,只不过是它的变奏,比如流行于四川的烧白。

烧白分咸甜两种。咸的和一般扣肉类似,打底的不是梅菜、干菜(霉干菜)、笋干,而是芽菜。芽菜是用植物种子或其他营养体,在一定条件下培育出可供食用的嫩芽、芽苗、芽球、幼梢或幼茎等芽苗类蔬菜;甜的则用糯米打底,用五花肉夹豆沙,隔水蒸(有点像八宝饭)。烧白从形状和做法上看,都是标准的扣肉,只是没有“扣肉”的称呼而已。

巴蜀地区的农家宴席,最重要的套菜便是“三蒸九扣菜”。“三蒸”,即清蒸、粉蒸、早蒸;“九扣”,即粉蒸肉、红烧肉、蒸肘子、烧酥肉、烧白、东坡肉、扣鸭、扣鸡、扣肉等(为什么有个“等”字呢?因为“九”是个虚数,极言数量之多)。显然,四川人对“扣肉”的界定比较宽松。让人看不懂的是,他们把烧白和扣肉分列,却共用一顶“九扣”的帽子把它们罩住。这算啥子嘛!

袁枚在《随园食单·端州三种肉中》提到“锅烧白肉”,是不是“烧白”在端州(肇庆)的变种?不确定。锅烧白肉,“不加作料,以芝麻、盐拌之”,这与“三蒸九扣”追求咸鲜本味的理念是相通的。若广东也有“烧白”的说法,倒是出乎人的意料。



扣肉的变奏·粉蒸肉

朋友从江苏常州来,送我一袋熟食,名字叫“二花脸”,让我莫名其妙了半天。以前读过鲁迅的《二丑艺术》,他老人家告诉我们:“浙东的有一处的戏班中,有一种脚色叫作‘二花脸’,译得雅一点,那么,‘二丑’就是。”时至今日,难道“二花脸”也能吃了?该不是有“油炸桧”的含义在里头?打开一看,咳,不就是干菜扣肉吗!为了保持形状,那些扣肉被专门装在一只塑料碗里。关于“二花脸”,包装袋上有一条说明:“二花脸猪因额头上的皱褶长得像一个‘二’字,故名。它的产仔率是洋猪的三倍,被国际畜牧界誉为世界世界猪种产仔之王。其生产期长且食源广泛,因而肉质鲜美”,“有‘一家煮肉十家香’的美誉”。外乡人有所不知,常州有“十大农家菜”,其一就是“焦店扣肉”。焦,武进(常州)焦溪也。一道正正经经的扣肉,七转八转,成了“二花脸”,真不知还有多少扣肉被推理不出的名称埋没了!

粉蒸肉是一道极富中国特色的经典菜肴,许多地方都把它看作是自己的地方风味,比如四川、江西、湖北、湖北、浙江等等,大家当仁不让。《随园食单·粉蒸肉》:“用精肥参半之肉,炒米粉黄色,拌面酱蒸之,下用白菜作垫。熟时不但肉美,菜亦美。以不见水,故味独全。江西人菜也。”从中可知,粉蒸肉乃江西人的专利。一锤定音。粉蒸肉的基本要素是粉裹肉。“粉”是什么东西?米粉也。其作用,和香芋扣肉相仿。打底的,或藕条,或青菜,或南瓜叶……在碗内整齐地

码好,蒸熟,倒扣在盛器里。四川人把它作为“九扣”之一,有它的道理。但很多时候,粉蒸肉也未必那么复杂。我们食堂里的粉蒸肉,用长方形的不锈钢箅屉操作,一块块的粉蒸肉挨个排着,没有扣的动作,也没什么造型,更没有打底的菜,但并不影响它作为粉蒸肉的美名。

四川人还有把粉蒸肉叫做“喱肉”,用什么蔬菜打底就叫什么“喱”,如“南瓜喱”。菜名里没有“肉”字,显示出打底菜的重要。好比绍兴人吃霉干菜烧肉,最受欢迎的却是霉干菜,红花配了绿叶。

粉蒸肉中最富诗情画意的是荷叶粉蒸肉,杭州名菜。宋时,杭城厨师为了逗引夏令游客的风雅,特用“曲院风荷”的鲜荷叶,将蘸着米粉的肉包在里面蒸制。这也契合了“吃风景”的创意。

四川还有一道极富盛名的经典小吃,即粉蒸牛肉。它完全没有“扣”的意思,也不打底,但“粉蒸”的程序一点也不含糊,考究一点的人家会去买一种专门用来蒸肉的小竹笼来蒸。要乘着其极烫时吃,吃口非常嫩滑。广式小吃当中也有类似粉蒸牛肉的品种,如粉蒸小排骨,也是小竹笼蒸。这两样东西能说是“扣肉”吗?按“扣肉”的规则,不该算;可按川人的“三蒸九扣菜”观点,应该是。即使不把它归入“扣肉”,至少,它也是很“扣人心弦”的。

粉蒸肉像咕咾肉一样,有着国际影响。据说法国富豪弗朗索瓦·亨利·皮诺(不久前向中国赠还鼠首、兔首)一直恪守一、三、五吃素的戒律。他跑到中国,看见粉蒸肉,便馋涎横溢,竟然破戒,在“斋日”大快朵颐,令人瞠目结舌。

文 / 西坡

周一菜

文 / 若丹

韭菜蚬米

蚬肉可能是我国南方大部分地区最普通的美食了。整个南方沿海,从广东、福建、浙江,到上海、江苏,无一不是河道纵横,水网发达。这些地区处于珠江、闽江、甌江、甬江、钱塘江、长江、淮河等大江大河的下游,咸淡水交汇,有机漂浮物多,为蚬的生长提供了丰富的食物。



春天的韭菜特别嫩滑,无臭味,是众所周知的“滋补品”;而蚬肉也富含蛋白质、多种氨基酸,营养丰富,“去暴热,明目,利小便,主消渴”。

将韭菜与蚬米一起烧,绝对是食品中的绝配。取韭菜 2 两,蚬米(黄蚬洗浸后静养一天,吐尽泥沙,放入沸水中焯烫,使黄蚬壳“开口”,剥出其中的肉,叫蚬米)6 两。韭菜切碎,蚬米冲洗干净,沥干;烧热油,将两瓣大蒜头拍碎,倒入爆香,放入蚬米,翻炒几下,再放普宁豆瓣酱 2 调羹,糖适量,胡椒粉、麻油各少许,烧透,最后加入韭菜,翻炒均匀,颠翻几下,见韭菜颜色变了,就可装盘了,可以跟一碟米醋伴食。

俗称“生葱熟蒜半生韭”,就是说韭菜不宜炒得过熟,只需将蚬米炒透,加入韭菜颠烧片刻就行了。韭菜蚬米虽说是典型的家常菜,但它留给我们的韵味,却是绵长无比的,深深地印在我们的脑海中。