

好吃周刊

B27
 红粉佳人杨梅酒
 B28
 江西饮食录



本报副刊部活动专版部主编 | 总第 309 期 | 2013 年 7 月 12 日 星期五 责编:潘嘉毅 视觉:窦云阳



又到了吃西瓜的季节,西瓜味道甘甜多汁,清爽解渴。图为烹饪大赛上,参赛选手在现场进行厨艺绝活表演。他们手里的菜雕,简直就是绝美的艺术品。——文 / 豆儿 图 / IC

周一菜

红烧黄鱼

文 / 李兴福

大黄鱼为我国四大海产经济鱼类之一,黄鱼营养丰富,每百克黄鱼肉含蛋白质 17.5 克,有 17 种氨基酸,此外含脂肪、碳水化合物、钙、磷、铁、维生素 B、烟酸等。味甘性平,功能为益胃暖中。
 红烧大黄鱼具体操作方法:
 原料:大黄鱼一条,约 500-600 克,蒜籽 10-12 粒,香葱 3-4 根,姜 2 片,调料为酱油 30-40 克(生抽加点老抽),黄酒 15

克,糖、味精适量。
 制作方法:大黄鱼刮鳞,去鳃,从鱼脐门处剖开一寸长口,挖去内脏,冲洗净“黄鱼肚”一条取出洗净,沥干。在黄鱼两面肉上用刀割两条十字纹不要太深(1 厘米),用少量酱油抹在黄鱼两面鱼皮上。炒锅上火烧热,放 30 克素油,烧热倒出,炒锅上再烧热,再放 20 克油烧热,将黄鱼下热油锅内煎金黄色,翻过另一面再



煎,随后将蒜籽、葱姜下入锅内,放黄酒、酱油烧开,再放清水 400-500 克盖上锅盖,旺火烧开 1 分钟,用中火烧 10-15 分钟,随后放糖、味精等上味,再放一些油用旺火收汁。见锅内鱼汁 40-50 克浓汁即可装盘上席。
 特点:金红色,咸鲜带甜,鱼肉滑嫩,蒜籽软糯味香,蒜籽解毒杀菌对人体保健功能强,有益无害。

红泥小炉

文 / 西坡

生来笼统君休笑(上)

我认识的蔬果当中,没有比冬瓜更憋屈的了。



东西南北,西瓜占了一方,南瓜占了一方,北瓜占了一方,空缺的一方——东,无论从哪个理由上说,都应该让给现在我们把它叫做冬瓜的瓜来顶上。可是人家就是不给。既然有冬瓜,再难,总得把春、夏、秋的瓜配齐喽,可人家还是不干,存心让它没兄没弟,成了无依无靠的“孤家寡人”。
 冬瓜冬瓜,顾名思义,冬天产的或冬天吃的瓜,可是冬瓜和这两条一点不沾边,它一般是春种夏收,这样就成了标准的“挂羊头卖狗肉”的典型。冬瓜冤呐!冬瓜原本长在地上,接地气着呢,好好的,可不知啥时候被人种葡萄似的拎到架子上面生长,活像个吊死鬼。

好不容易长到青涩时代,又摊上大事了——从前剃头铺的学徒学理发,师傅照例不会让他在老客人头上做试验,给徒弟一只冬瓜,就在上面练本事。有些人犯糊涂了:拿把扫帚练也比光秃秃的冬瓜强啊!其实,青少年时期的冬瓜,毛茸茸的,真像人头。那徒弟一手扶冬瓜一手拿刮刀,正练着,师傅叫徒弟暂且停一停,先帮他办件事。那徒弟答应一声,便将刮刀往冬瓜上“咚”地一下扎下去,抽身离去。平白无故,好端端的冬瓜就被人害了。剃头铺学徒这个习惯动作,以后也会带到工作当中。所以,老顾客最怕剃头师傅工作当中被人叫开,因为吃不准有没有猝不及防地被扎一刀的可能。
 在所有的瓜果中,冬瓜看上去最为茁壮,也最为高大,却难免被人暗算,比如赐予“矮冬瓜”之名来阴损别人。须知冬瓜要算矮的话,那世界上还有多少瓜果是高的呢?
 冬瓜可怜。斩杀西瓜、白瓜、南瓜之类,快刀斩乱麻,三下五除二,立马解决,“引颈成一快,不负少年头”,可谓爽气;再看冬瓜,哪有这等待遇!总是被人割下一块肉,过一会,再被割下一块肉,今天没割完,明天接着割,等于受了凌迟的极刑。

好不容易被家庭主妇收容,西瓜皮可以被丢弃,南瓜皮可以被吃下,冬瓜皮呢?被一刀一刀地削光,那叫体无完肤。再加上剜心掏肺,入热汤下油锅……
 我们小时候,为贪凉,时常会拿一只冬瓜当枕头,说实话,比睡蔑席快意(在古代,冬瓜的别称之一就是枕瓜)。《列宁在十月》里,列宁对瓦西里说,这些书(指孟什维克的书)只配垫在脚下(床褥下)。相比之下,冬瓜的地位好像很高,然而,“狡兔死,走狗烹”,当枕头只是暂时的资格,终究逃不了被吃掉的下场。
 我看过许多文章,都说因为冬瓜成熟之际,表面上有一层白粉状的东西,就好像是冬天所结的白霜,故曰冬瓜。

胡扯!南瓜上积的“白霜”比冬瓜厉害多了,怎么不叫它冬的瓜?

据说,冬瓜这样东西在汉朝的典籍(《神农本草经》)上就有著录,但那时它不叫冬瓜而叫水芝。“冬瓜”两字最早出现在什么书里?我不清楚,至少三国魏时张揖撰写的《广雅》已提到了冬瓜:“冬瓜经霜后,皮上白如粉涂,其子亦白,故名白冬瓜。”《广雅》里面研究了“白冬瓜”为什么“白”,并没有解释冬瓜为什么和“冬”发生关系。南北朝时期的著名农学家贾思勰所著《齐民要术》,已经把冬瓜的种植技术记载完备,他说,“冬瓜正二月种之,若十月种者,结瓜肥好,乃胜春种,则冬瓜之名或又以此也。”明代李时珍《本草纲目·菜部第二十八卷·冬瓜》在引贾思勰有关“白冬瓜”的说法后提出:“冬瓜,以其冬熟也。”其出处,是着眼于一个科学家的实证。可是问题产生了,冬熟,乃限于“若十月种”的情况,可大多数冬瓜却是“正二月种之”,那怎么会是“冬熟”呢?该是夏熟或秋熟啊。莫非因“正二月”而被冠以“冬”的帽子?而众所周知,“正二月”,已开春啦。
 总之,冬瓜之名,其来由从不具权威性。

宋代,冬瓜在人们口中说得很顺口了,还有人为它写诗:“剪剪黄花秋后春,霜皮露叶护长身。生来笼统君休笑,腹内能容数百人。”(郑清之《冬瓜》)“生来笼统”是说其没有“三围”;“腹内能容”是说其大,大到什么程度?可藏几百人!这可是能和“特洛伊木马”相媲美啊。牛皮有些大,大概作者把冬瓜籽全部当成了人。