

好吃周刊

B26
童话国度的美食飨宴
B27
虎头鲨



本报副刊部活动专版部主编 | 总第 317 期 | 2013 年 9 月 6 日 星期五 责编:龚建星 视觉:窦云阳



“一块肉吃一个月”，人们都在问：什么样的肉可以吃一个月？现在知道了，是火腿。西班牙的火腿全球闻名，但它还有个重要卖点，就在于片火腿的师傅。做这一行的师傅，讲究级别，看他们围兜上的星星数量就可判断了。因为中国人是西班牙火腿的拥趸，所以商店里贴有中文的标识和提示。

——文图/ Yizhi Catherine Zhang

红泥小炉

桃之夭夭(下)

文 / 西坡

无论桃花怎么美艳，桃树怎么有用，如果桃子不能吃，不好吃，人民群众对它的态度就不会这么热烈，连天上的神仙都不会满意。

奇怪的是，我们常常看到老寿星笑容可掬，一手持杖，一手托桃。仔细看那桃，硕大滚圆之中带点火焰状。据我所知，这是桃子中的著名品种之一——寿星桃。寿星桃主要用作观赏，少有人吃，可能味道不佳或有煮鹤焚琴之嫌。明王世懋《学圃杂疏·花疏》：“寿星桃矮而花，能结大桃，亦奇可玩，桃殊不中食。”可证。这种可观、可玩而不能吃的桃子，有什么可羡慕的呢？既然仙人不食人间烟火，那就让他捧着吧。

孙悟空虽然是只猴子，但它是只仙猴，也喜欢吃桃子。在《西游记》的绘本、动画及年画中，孙悟空的一个标志性造型：一手拿根金箍棒，一手托颗大桃子。这颗大桃子，正是寿星桃。其实，画家们弄错了：孙悟空大闹天宫，明明偷吃的是王母娘娘开蟠桃会用的蟠桃，怎么会是寿星桃呢？再说，寿星桃既然不大可口，王母娘娘还要叫众仙来品尝，这不是寻开心嘛！

蟠桃形状扁圆，顶部凹陷形成一个小窝，果皮深黄色，顶部有一片红晕。它和寿桃在外表上区别很大哦。

蟠桃是珍贵水果，味甜汁多。它被王母娘娘看中，理所当然。相传农历三月三日，是西王母诞辰。当天，她会大宴众仙，以蟠桃为主食，称为蟠桃会。虽然是传说，历史文献上倒是记过一笔，《太平广记》卷三引《汉武内传》：“七月七日，西王母降，以仙桃四颗与帝。帝食辄收其核，王母问帝，帝曰：‘欲种之。’王母曰：‘此桃三千

年一生实，中夏地薄，种之不生。’帝乃止。”可以推测，“仙桃四颗”，就是蟠桃四颗。蟠桃也可以叫寿桃，但肯定不是老寿星、孙悟空手里的那种。

桃子是我国最古老的果树之一，原产于西北地区，陕甘地区，甘肃桃可能最为原始。传说中的王母娘娘是我国西域地区的一位女仙首领，我国桃子的原产地就在西部，对得上号。现在，上海以及周边地区俨然成为产桃重镇。那么，上海人喜欢吃的水蜜桃又是从何而来？清人褚华《水蜜桃谱》云：“水蜜桃，前明时出顾氏名世露香园中，以甘而多汁，故名‘水蜜’。其种不知所自来，或云自燕，或云自汴。然摘逾淮而化为枳，梅渡河而成杏，非土腴水活，岂能为迁地之良乎！则谓桃为邑产也，也无不可。”倘若追溯，燕、汴自然在范围之内，但最终还是要追到西部。

露香园，原是明嘉靖进士顾名世所建的私家花园，当年在上海县城西北城根，即现在的人民路一带，已毁。顾氏将北方的桃树移植到上海，天时，地利，人和，居然成就了水蜜桃的品种。顾家衰败，露香园散出，其中的桃树被一位富绅买下移植至自己的花园，其园因以黄泥筑墙，故名黄泥墙。清人秦荣光《上海竹枝词》云：“水蜜桃推雷震红，闻雷见一晕红浓。露香园种今难觅，都向黄泥墙掷铜。”说的便是这段掌故。以前所谓“露香园水蜜桃”和“黄泥墙水蜜桃”，其实是一回事。

如果说起有一种“龙华水蜜桃”，很多人也许不会相信：龙华桃没吃过，龙华寺还没去过吗？哪有！我虽然年纪不大，对于龙华桃花倒是不太陌生。当年，进行革命



传统教育成为日课，知道龙华有所谓“淞沪警备司令部”和“龙华监狱”；也因此几乎所有人都熟悉这样一首诗：“龙华千载仰高风，壮士身亡志未终。墙外桃花墙内血，一般鲜艳一般红。”（张恺帆作，萧三编《革命烈士诗抄》）对于龙华的桃花印象深刻。确实，清季乃至现代，记录龙华桃花的诗文不少，著名的有：清同治王韬《瀛壖杂志》称，龙华一带“皆种桃为业，一望霞明，如游武陵源里”；《游龙华》：“龙华寺畔草萋萋，柳绕江村花映溪。十里桃林红不断，画船常带画桥西。”清同治十九年（1874年）7月14日《申报》载《沪南竹枝词》云：“遥指峻峭塔影斜，踏青一路到龙华。碧桃满树刚三日，不为烧香为看花。”等等。有灿烂的桃花，便有诱人的桃子。听老人说，熟透的龙华水蜜桃，将麦管插入，可以像喝汽水那样吮吸。那就很厉害啦！

露香园水蜜桃、黄泥墙水蜜桃和龙华水蜜桃“圆寂”之后，上海似乎没有上品的水蜜桃了，人们说起水蜜桃，总是怀着“朝圣”的心态想到无锡，以一尝为快，为荣，为贵。事实上，无锡水蜜桃的“娘家”，就在上海；连宁波奉化的玉露桃，也脱不了“上海血统”。好在上海的南汇，如今已经成为著名的桃乡，出产不输给无锡、宁波的优质桃子。有专家说，上海南汇周浦地区尚存有从前上海水蜜桃的原种，闵行地区还有龙华水蜜桃的原种。那太好了！这就好比我们有了“北京人”的遗骨，就可骄傲地说自己的民族有着怎样怎样古老的历史。

吃过水蜜桃后，蟠桃上来了（基本来自北方），吃过蟠桃之后，该吃黄桃了。在上海，这些品种的桃子都很好吃。等到把黄桃吃完了，想念起桃的时候，商店里有的是用桃肉做的蜜饯。当然，如果你有一枚用桃核雕成的小玩意儿，随身把玩，即使“逃之夭夭”，也一定会“灼灼其华”的——那可值老鼻子钱啦。

周一菜

文 / 李兴福

香酥鸭子

香酥鸭子，顾名思义，又香又酥，似系炙制而成。整鸭色炙为栗褐色，一盘端上，滋滋有声。善品者听其声而知其成熟程度。用筷子一拨，骨架倾倒，内脱骨，皮松脆。其皮之味美不亚于烤鸭，初食者或不知其为鸭也，因为这种鸭子的制作法不一般，实已达老厨师所谓善烹调者必善于变物之行，正所谓“变形”。

原料：光鸭一只，一般在 1200-1300 克（家里制作买樱桃鸭，鸭骨小鸭肉多）。调料：精盐 50-60 克，花椒粒 30-40 粒，葱 30 克，姜片 20 克，桂皮、八角、草果、山奈等共 50 克。黄酒 50 克，油 750 克（耗 100 克）。

制法：光鸭不要切开，肛门开一寸大小的口，挖去内脏洗净，沥干水分，盐花椒拌在一起，擦抹在鸭子内外全身，放在蒸盘内。葱姜各种香料用清水洗一下，放在鸭身内外，加黄酒后腌半小时。蒸鸭子，将鸭子背朝上，肚朝下，鸭背上放点香料葱姜黄酒，火要旺，水要足，沸水一般要蒸两个小时，主要看鸭子老嫩决定时间，另一方面要看鸭背有两根扁龙骨有点弹高就蒸到位了。可取出鸭子，捡掉葱姜和香料。炸鸭子，锅上火烧热，放 750 克左右油，烧到七八成热。将鸭子肚朝下炸，不停地用勺推动鸭子，再用勺子浇热油在鸭子背上，炸半分钟将鸭翻身鸭胸朝上，背朝下，用铁勺浇热油在鸭胸上，推动鸭子以免有焦斑，见鸭全身金黄色，皮酥脆捞出，淋上几滴麻油沥尽鸭肚内余油，即装盆上席。随带一蝶花椒盐，荷叶夹。

特点：成品形状美观，油而不腻，酥香可口，吃时不用改刀，用筷子一拨，骨架倾倒，肉脱骨，皮松脆，又香又酥，肉嫩又鲜。

特别提示：加准作料，蒸酥、炸透，油要热。如果鸭子冷了，应回蒸 10 分钟加热后再炸。这样既可防止鸭子肚内结冻的卤汁遇油飞溅伤人，又可保证鸭皮的酥脆。如有鸭腿可用同样方法烹制香酥鸭腿。

在中秋节品尝香酥鸭子，既可应时令，也可大饱口福，不可错过哦。

