老饕论道

海门羊肉正当时

文 / 吴成刚

寒冬来临，小伙伴们呼朋引类，商量着要去吃羊肉。好像这个时节不吃羊肉，就要OUT了。到哪里吃呢？基本上就是真如、七宝、奉贤、金山、宝山；愿意跑得远一点的，可去崇明、苏州藏书，其他的，就想不出哪里有好羊可吃了。

因为在单位里跑业务，我经常往来于沪宁线。有一天，上海火车站广场的大屏幕上正在播有关海门羊肉的片子，一下子激起了我对海门羊肉的美好感觉。

是的，令我感到遗憾的是，许多人不太了解海门山羊肉。其实它绝对在好的羊肉之列。能够每顿都吃上内蒙古羊肉，自然是求之不得，可这是非常难以办到的。我能说的是，海门羊肉绝对可以顶这个“缺”。

在海门，我有个非常要好的朋友。每年冬至前一周左右，他总是给我送来他家乡海门的羊肉，不多不少，一只羊腿。

他跟我说：“老哥，我没啥好东西，这是我们海门最好的土产，表示一下心意啦。”

我非常感谢他的真挚和坚持。说得坦率直接一点，如果他还这样一如既往地要送我海门羊肉，我希望他不要改变——我已经习惯了这个味道，吃上了瘾。

我吃海门羊肉的最大感受，是那里的羊，毫无膻味，肉质肥嫩，吃口鲜美。我知道这个评价也适合于其他享有盛名的羊肉。可是，同样的评价，还有感觉上的级差，而海门羊肉在我心里无疑是“最高级别”。

不查不知道，一查吓一跳：海门山羊竟然是“中国农产品地理标志产品”（与茅台酒、铁棍山药等同列），还被国家命名为“长江三角洲的白山羊”。这是莫大的荣誉，它就意味着，要说起长江三角洲的白山羊，海门的是“老大”！

海门山羊的中心产区，地势平坦，沟河纵横，水源充足，受明显的海洋性季风气候的影响，这里有着长江下游最肥嫩的青草，海门山羊可以得到最佳的食物；再加上历代海门人精心育种、饲养，得天独厚，自然成为一方名物。

有一次，我出差路过海门，特地去看朋友。朋友高兴得不知所措，还是一句老话：“老哥，我没啥好东西，还是请您吃羊肉。”那次，他请我吃当地最有名的“海门提汤羊肉”。

也许有人要说，你朋友也太抠门了，只上一道菜就把你打发了。

那你是误会了。

所谓“提汤羊肉”，是一种很有地方特色的做法：

将一只整羊或一只羊腿，洗净，加酒、生姜在水中汆一下，再加料酒、生姜、葱结等，用清水煮，直到能拆骨为止。羊汤和去骨羊肉备用（此即所谓提汤），可制作成系列菜肴。比如羊肉，可作白切羊肉、可作羊羔（将冰糖、红枣、酱油等调料先煮沸，再将去骨羊腿下锅煮成收羔，冻盆内切成薄片装冷盆）、可红烧（将糖、酱油等调料煮沸，去骨羊肉切厚片，下锅煮熟成热菜；也有的加粉丝等底菜）。又比如羊汤，可作羊杂碎汤（羊汤里加入羊头、羊爪、羊骨、羊杂碎，回锅文火再煮，把骨胶熬出，捞去骨头，即成羊汤；海门人喝羊汤讲究就着大饼、包子当早饭吃）、羊蹄汤（羊汤加羊爪、大蒜叶等）、羊肉粉丝汤（羊汤加拆骨时落下的碎肉、羊杂碎、羊头肉、粉丝、大蒜叶等）、清羊汤（羊汤加香菜或大蒜叶等）等。也可以将羊肉和鲫鱼、鱼网等用羊汤同煮成菜，其味更鲜，而无鱼羊之腥膻味。

如果有谁请你吃全套的提汤羊肉，那是绝对看得起你的表现。据说海门的这道羊肉名菜，在明末清初就已爆得大名，乃该地一绝。

大饱口福之余，我深感，本来在上海吃海门羊肉已经够好了，想不到在当地吃到的，要好得多，这自然是因为新鲜，同时那里的师傅烹调羊肉很有一套，堪称独门绝技。

我要跟小伙伴们打个招呼：走起！去吃海门羊肉。

吃出一朵昙花

打酱油

文 / 公输于兰
图 / 王震坤

有的词活着，它已经死了；有的词死了，它却活着。“打酱油”就是这般虽死犹生。

倒退三十多年，遍地都是打酱油的。那时候，就我所见，只有上海的黄标绿标辣酱油、虾籽酱油，还有一些广帮厨师用的加味酱汁若蚝油之类是密封瓶装的，其他普通家用的酱油都是零售。每一个酱园，那时还叫做酱菜店或者油酱商店，抑或副食品店油酱部，格局都差不多：临门三尺柜台，有一尺半是可掀起的木板，一半是玻璃柜台。玻璃柜台上座玻璃橱格里，摆着各色无精打采的零售酱菜，玻璃柜台面已经磨得发毛，往下看，里面模模糊糊是些袋装调料，如鲜辣粉、胡椒粉之类。最底层是酒的样品。那一尺半的木板柜面最是热闹。不时翻起翻落，因为在这块板的内外，是两排液体桶，外边的是酱油桶，里面的是油桶，这样安排的原因揣测起来是由于柜内空间小，同时放不下那么大的酱油桶和油桶，而酱油价格低，放外面也招不来贪这个便宜的，而油金贵，凭票供应，若丢失一点，赔钱还是小事，与计划下拨的数量对不上号才是大事。

最早的时候，打酱油的来了，售货员就接过空瓶，啪，翻木板柜面出来，在瓶口坐一漏斗，然后取下柄端带弯钩挂在桶沿的长柄竹勺，一勺一勺往漏斗里舀酱油。酱园的售货员与理发的或者卖米的都有共同的本领，嘴碎，

总是一边干活一边打情骂俏。打好酱油，进到柜台里，再啪一声合上木柜面，将酱油瓶往木柜台上一放，收钱，算活干完了。瓶身有外挂的吗？自己用台上一块早已经看不出什么颜色的抹布擦一下呗。我看到最厉害的打酱油的人，将溢出的酱油用舌头舔干净，然后从容地塞上玉米芯做的瓶盖。后来换成带手压泵出液龙头和刻度的酱油桶，那块抹布就不太见到了。

也许因为价值不高，再加上酱园都在家门口，还可能都是临到用时才发现酱油瓶空了，所以打酱油的活大都差遣小孩子干。这就有了形容孩子长大的说法——谁谁的孩子都会打酱油了。

打酱油其实是件不糟糕的家务活，有时甚至还很欢乐。我小时候就打过酱油。大都因为我母亲很少有时间在家做饭做菜，偶尔做了，酱油用完了，也不会计划着去买了以备下一次用，结果总是急急忙忙需要用时差我去打酱油，上海话叫拷酱油。我提着酱油瓶出门的时候，从来不会急我母亲所急，而是一边窃喜自己可以堂而皇之离开作业本出门兜风，一边盘算着顺带给自己买点好吃好玩的小玩意儿。

乘着打酱油买过泡泡糖，买过咖喱粉硬逼着母亲做一顿咖喱味儿的牛肉汤，也买过臭腐乳，那臭想起来还有扑鼻的感觉，实在是因为那天酱园有那么多人排队买一分一块的臭腐乳，打酱油排那么长队，轮到自己了不买一点需要排队才能买的臭腐乳好像吃亏了似的。也有因为打酱油而差点挨了母亲打的。是中午时分吧，提着酱油瓶奔奔跳跳出门了，看到小伙伴们在接龙跳长绳呢。起先只是想插队跃过去就走人，结果越跳越起劲，如有神助般这一队长龙接得没有了断的时候。等到回家，已经快下午2点了，煤气灶上半生不熟的等着放酱油的红烧肉还白着呢，酱油瓶在哪儿却忘了。母亲虎着脸说要饿我肚子呢。这跟网络上看客路过的打酱油性质有那么点不同，但这的的确确是打酱油，看的与做的在相关与不相关之间。

岁月余韵

令人回味的酸菜

文 / 占君武

每到冬腊月，家里就做酸菜鱼吃，热气腾腾的酸菜飘出诱人的香气，勾起了人的食欲，同时也勾起我对往日吃酸菜的回忆。

酸菜古时称“菹”，《周礼》就有其大名。酸菜香飘千家，恩泽万户。北方农家有两样东西不可少，一是酸菜缸，二是腌制酸菜用的石头。每年秋分，开始腌制酸菜。母亲就从菜园里将白菜砍回家，找宽敞之地，把白菜晒腌，然后把白菜一层层码在水缸里，撒上盐。我脱好赤脚，跳进缸里踩菜。把中间踩紧之外，还用脚把四边压紧，压得越紧越好。码一层，踩一层，踩到最后，母亲把准备好的石头，严严实实地压在菜上面。二十多天后，缸里菜就出水，颜色也变得焦黄、脆嫩，这时候就可以吃了。

酸菜吃法多样。可干炒酸菜，也可做酸菜鱼，酸菜肉。切酸菜时最能体现刀工，先把每根菜洗干净，整理好，用刀切碎、切细。小时候家里的酸菜鱼是待客的菜，我总是盼望家里来客人，这样就可以吃酸菜鱼。做酸菜鱼多用鲫鱼和草鱼，先将鱼煎好，倒上酸菜，加上水，放上蒜姜大料，炖到锅里沸腾，炖烂炖碎，起锅上桌，吃着真是回味无穷。

上中学时带菜去学校，带得最多的也是酸菜。每周去学校之前，母亲把切细的酸菜，先干炒，再加油炒，炒好添在瓶里，给我带走。现在人们吃酸菜都去市场买，餐馆里面也有各式各样的酸菜鱼吃，农村里腌制酸菜的人也少了。但酸菜带着许多朴素，许多虔诚和关怀，留在我美好的记忆里，和那段酸甜的生活紧紧相连。

美味大看台

炸鸡

文 / 周嘉琪

前一阵子在看韩国综艺节目《SHOW TIME》，因为有嘉宾对炸鸡的热爱程度已达到：早餐也想吃炸鸡，三餐炸鸡都可以，节目组便制作了一人一鸡的吃炸鸡比赛。

韩版的《恶作剧之吻》和《花样男子》中，花美男金贤重更是炸鸡的狂热爱好者，还跟朋友合开了名为Jaksal chicken炸鸡店。究竟这炸鸡是有何种美味让他们如此痴迷？在韩国，鸡是肉类中最便宜的，其次是猪肉、鸭肉，最昂贵的是牛肉。

鸡肉因廉价美味受到韩国人普遍的喜爱，在韩国炸鸡店几乎每条街都至少有一家，只要打一个电话，热腾腾各色酱油炸鸡和辣酱炸鸡就会送来。

韩国炸鸡还有一大特色，就是搭配着啤酒和腌萝卜，吃起来口感极佳。

三五好友，大盘炸鸡，大扎啤酒，可以说分外惬意，如是一人独享也是大快朵颐的乐事一桩。绝不会有“我在人民广场吃炸鸡，而此时此刻你在哪里”的暗淡忧伤。

自然之甘

天价芹菜

文 / 卜玉霞

有一种芹菜每公斤的市场价达到了一百八十块钱，相比普通芹菜，堪称天价。去山东出差，我品尝到了这种天价菜蔬——鲍芹。

芹菜又名楚葵，早在先秦时期就被老百姓普遍食用，被称为“上古佳蔬，华夏菜祖”。作为芹菜中的极品鲍芹，种植史也有一千多年。因其产自山东省章丘市辛寨镇鲍家村，故而得名。鲍芹植株高大多叉、色泽鲜嫩翠绿、茎柄肥嫩厚实，可以当水果生吃，无丝无渣，香脆生津，略带甜味。作为一种蔬菜，可凉拌可烹炒，有“吃鲍鱼不如吃鲍芹”的美誉。

这美名远播的鲍芹据说还跟清朝大学士刘墉有一段渊源。刘墉78岁时奉旨到山东查看黄河，途经章丘的鲍家村，时值五月正午，太阳当头，酷热难耐，大家汗流浃背。刘墉吩咐左右安顿此地。当地厨师把大鱼大肉端上席面，众人却因劳顿奔波，毫无食欲。这时，厨子将鲍芹切成细丝，放入开水锅焯后，再佐以蒜末、精盐、香油。一上桌就被大家抢个精光，吃了这道菜，胃口大开，吃别的菜也香了！刘墉办完公务回京后，向皇帝大肆宣扬鲍芹的美味。于是，鲍芹成了贡菜，进了皇宫菜谱，完成了普通芹菜的华丽转身。

鲍芹口感好，跟生长环境分不开。鲍家村地处黄河冲击平原，海拔25米，地势平坦，土质肥沃。鲍家村的土质属于白沙混合粘土，富含锌、铜、铁、锰、碘、钙、镁、钠等多种矿物质。鲍家村是传统的农业大村，没有矿业、机械加工、化工等污染性企业。村民更是善于琢磨，只用有机肥，极少使用农药，这样天时地利人和培育出来的鲍芹，能不好吃才怪。

七味书屋

文 / 王吴军

猪头肉香

很久以来，猪头肉就被认为是一种不大雅观的美食，但《金瓶梅》小说里，却把猪头肉写得如美人风姿，让人回味无穷。第二十三回写西门庆和吴月娘出去访亲拜友，几个小妾孟玉楼、潘金莲和李瓶儿在下棋，要输棋者请客吃猪头肉。果然，李瓶儿输了之后，就派人去买了一个猪头和几只猪蹄，让宋惠莲这个颇有几分姿色的女人动手烹制。宋惠莲先把猪头、猪蹄都剃刷干净，然后，用一根长柴禾安在灶内，再用一大碗油酱，和茴香大料，一股脑拌停当，上下用锡古子扣定。不消一个时辰，就把整整一个猪头烧得皮脱肉化，五味俱全。宋惠莲把猪头用大冰盘盛了，连姜蒜碟儿，让人用方盒拿到前边李瓶儿房里，又打开金华酒。霎时，猪头肉、猪蹄的肉香和金华酒的酒香弥漫开来。三个美人在弥漫的肉香中坐定，妩媚浅笑，纤纤素手，吃着猪头肉和猪蹄，一边斟酒共酌。

我国北方地区有吃猪头肉的习俗。春节时分，一家人团团而坐，捞出煮烂的猪头和猪蹄，把上面的肉撕下，切成细细的肉条，一旁的小碗里放着姜汁和蒜泥加醋调好的佐料。一家人便蘸着这种酸辣的佐料，大快朵颐。猪肉也是一种食疗佳品。清朝名医黄宫绣在乾隆三十年（1769年）是编著的《本草求真》中说：“（猪肉）入脾、胃。滋阴，润燥。治热病伤津，消渴羸瘦，燥咳，便秘。”唐朝医药学家孙思邈在《千金方》一书中说：“（猪肉）宜肾，补胃气虚竭。（猪）头肉补虚乏气力，去惊痫，寒热，五癃。”清朝名医汪讱庵在他的《本草易读》一书中也写过猪肉的食疗作用。

《金瓶梅》是一部反俗见反偏见反谬见的书，让美人吃猪头肉和猪蹄，美得颇有烟火气息。猪头肉的香味伴着金华酒的酒香，更伴着美人的体香，悠悠弥漫。此段描写十分耐读。《金瓶梅》中的猪头肉是一个引子，为的是写出轻狂浅薄的宋惠莲的悲剧。以烹制和享用猪头肉来构筑情节，香艳世俗，让人不得不服。