



边走边吃

## 榛子

文 / 王忠范

榛树坡是一个村子的名字，坐落在塞外老爷岭的群山之中。村子三面环山，山上长满了榛子树，村名由此而得。

好多人都知道榛树坡这个地方，因为这里榛树的果实外壳小巧玲珑很好看，其瓢圆鼓鼓，香甜无比，可算名贵山珍。据说雍正就喜欢这里的榛子果，年年降旨进贡，数量少了都不行。当时民间流传这样的顺口溜：“榛子香，榛子脆，皇帝老子吃馋了嘴。”现如今，经过微波炉或电烤箱烘炒加工后，黄里透红，圆润饱满，确是充满山野灵气的山间美味。榛树坡的榛子畅销各地，日子因此富了，名字也越传越远。

我来榛树坡体验生活，一住就是半年多。不管出门散步，还是坐下来写作，都被裹进榛树的气息。那满山遍野的榛树密密层层，郁郁葱葱，如博尔赫斯的小说深不可测，也像川端康成的散文浪漫优美。村子里的大人小孩都喜欢榛树，他们把榛树当成命根子了。

村里村外，我问了好多人，谁都说不清榛树是远客还是土著。波兰显克微支曾形容他们的榛林被雨淋湿时，总是散发出一种惬意的气味。俄罗斯作家多次描写他们国土上的榛树，果戈理说绿闪闪的从蔓一直紧密地拥抱着，屠格涅夫则说榛树发金光而透明的绿叶是那样的幽静、凉爽。榛红顶子拖长辫子的清朝地方官一来，到榛树坡就被榛林迷住了，诗兴大发，不禁口占：“天外榛林壮，山云尽绕光。晨来霞里绿，日去月中香。”不必追问榛树们的老家了，它们在不同国度人们的眼里都是美丽而出色的。

榛树既然有果实，就该开花才对，怎么谁都没描写过榛子花呢？名叫榛子的女村长噗哧一笑，说出一个鲜为人知的事实。榛树花总是深夜盛开，而且芬芳浓烈，见过的人很少很少。不声张也不炫耀，默默生存成长，这不是一种人生道理吗？榛子说，榛树坡的人从来都不张狂，像榛树。

榛树坡的人真的像榛树，总是紧密相拥，共同抗击风风雨雨，具有大山的整体感。动乱岁月，当疯狂的刀斧逼来时，村支书翠芝尽管有孕在身，还是带领大家上山以生命护树，人们聚成了另外的榛林，谁敢伤害！就在这时，翠芝生下了一个女儿，给她起名叫榛子，这是母亲的一种纪念和寄托吧。

秋去春来，榛子很快长大了，乡亲们便推举她当村长。榛子年轻，脑瓜灵，组织村民做移植、搞嫁接，使榛子果变得个头大、皮壳薄、瓢圆粒饱，出奇了。接着办企业，就地深加工，又大大增值。就是这数不尽的榛子果，把榛树坡带上了共同富裕的道路。村里教师给孩子们编了一首儿歌：“小小榛子圆溜溜，家家日子富得冒了油……”

处暑时节，山上的榛子陆陆续续熟了，煞是好看。“先熟的酡颜醉脸，还生的，带蒂青皮……”这是吴承恩的文笔，不过吴承恩写的是蟠桃，可榛树坡的榛子与蟠桃何其相似。这时候，家家的房盖上、院子里、墙头屋角，都晾晒着榛子，满满的，厚厚的，标志着又一个丰收的年景。老王爷拿一瓶酒边走边喝，脸红得直放光，他只想醉。

榛子村长给我摆一盘刚采来的榛子果，让我尝尝山野奇味。颗颗榛子果脆生生的，甜甜香香，我越吃越想吃，着实品不够榛树坡了。

吃出一朵昙花

## 中国果子

文 / 公输于兰  
图 / 王震坤

如果不是因为吃到了江西的好几种米果，真的不会注意到中国的果子品种原来有这么多，几乎可以涵盖所有的食材，祭献于所有的季节。

上一次我介绍的黄元米果因为颜色金黄也被叫做黄金果，在各个重大的节日都会用到它来讨口彩，比如过年的时候，婚庆的时候，生娃的时候，甚至商家开张、造房上梁，都会以送黄金果、做黄金果来庆贺。但黄米果只是江西庶儿上百种米果之一。过完了年，就是元宵节，江西人做元宵果，其中的一种就是汤圆，还有一种叫炸米果，就是将做成的汤圆油炸得外脆里糯，再蘸上糖霜或者辣椒面吃。到了清明前后，江西人又做起了清明果。这清明果的原理和含义，与江南一带的青团一致，有咬青法邪的意思，传统的做法也是用艾青汁揉米粉，然后擀皮包上馅料，上笼蒸熟，做成青绿色的点心。不过青团的馅料和形状比较单调，都是豆沙馅团子形的。清明果就丰富得多，可以做成大团子形，也可以做成小汤圆形，更多的是各种手势捏出来的花饺形。清明果的味道有甜有咸，甜的大都是豆沙馅的，咸的有肉糜荠菜馅、肉糜韭黄馅的，偶尔也能吃到麻辣肉末粉丝馅的。这样多姿多味的清明果传递着制作和享用者所感受到的春的生机以及所带来的喜悦。

夏季到来的时候，江西人吃得最多的果子是夏至果、麻叶果和各式各样的粉果。夏至果顾名思义是在夏至这一日吃的。据说，江西比较讲究的人家，在夏至这一天所做的果子要用到十几种食材，做果子的粉除了糯米粉、粳米粉，还可以掺上玉米粉、芋粉、麻薯粉，用这些粉做成一小颗一小颗的丸子，或有馅的，或实心的，然后下到锅里煮了一个多小时的菌菇、笋尖鸡汤里。这样鲜美的果子也叫汤米果。吃一碗汤米果过夏至，意义等同于其他地方的吃夏至面，然风味却完全不同。乃所谓地广人众，同俗不同风也。麻叶果是用芝麻叶的碎渣和汁揉面做成颜色极为深黯的蒸饺，在夏天吃，有清热法火的功效。粉果则是用米皮一层层卷起来，卷得紧无馅料，就类似潮州的肠粉，卷得紧无馅料，切成一小段一小段的颗粒，放麻辣花生酱凉拌，就是凉拌果，其实就是卷紧了的凉粉。

到了秋天，南方人有吃藕的传统，用藕做

美味大看台

## 东北大板

最近其貌不扬的雪糕“东北大板”红遍了申城，网友们趋之若鹜。无论是微博、微信朋友圈还是新闻联播，都在为这个新玩意儿疯狂转播，甚至各大书报亭都在售卖，有人以买

包子是中国老百姓喜欢的传统面食。如皋的蟹黄包虽不如天津的狗不理那么出名，但它别具匠心，风味独特，在如皋众多风味小吃中独占鳌头。

如皋的蟹黄包馅是以蟹黄、蟹肉、猪腿板肉丁、笋子丁等掺和在用猪肉皮熬成的胶冻中做成的。面粉加水和好，要发酵十多个小时，做出的包子筋韧口感好，皮子须擀得薄。刚出炉的包子黄澄澄的蟹油浸透包子皮，如一朵朵饱满圆润、黄白相间、含苞欲放的金菊，看着就是一种美的享受。轻轻地用力提，慢慢地碟中移；先开天窗，后吸馅汤。用三个手指，从笼屉里轻提起蟹包，移入洁白的瓷碟中，咬一个小口，轻轻吸食蟹黄汁，然后倒点陈醋在蟹黄馅里，慢慢地连皮带姜丝、蘸酸醋细细品尝，蟹黄包蟹肉嫩白，蟹油金黄，油而不膩，那鲜美的感觉妙不可言。



文 / 戴一鸣

到这种雪糕而到处晒帖。

东北大板的名字简单粗暴，包装低调粗糙，而网友们却对这种“恶趣味”情有独钟。来自黑龙江大庆“东北大板”，只有草原奶、巧克

地方风味

## 如皋蟹黄包

传说很久以前，老如皋城有座小山包，山脚下有个深不见底的“仙人洞”。洞里有条大蟒蛇，蛇尾在洞里，蛇头能伸到北门护城河对岸包子店里。包子店不大，常常座无虚席。老板想多做点生意，天天让伙计们多做些包子，宁可第二天蒸熟了再卖。一天打烊后，老板把多下的包子连笼放在楼上，锁上大门回家。第二天早市，他发现包子少了。第二天情况还是如此。老板查问伙计。伙计们受了冤枉气，决心要查出眉目，是夜躲在吊桥底下等着捉贼。五更时分，猛听河面上一阵哗啦水声，蹿出一条巨蟒，蛇头一拱，包子铺楼上的窗子就被推开，蛇舌头一伸，就卷着一只只大包子吞下

七味书屋  
文人笔下的芥菜  
文 / 王霖

春夏之际，山间田头路边到处可见青绿翠嫩的芥菜。芥菜是美味野菜，又有不少别名：报春菜、清明菜、护生草、花花菜、净肠草、菱角菜、枕头草、地米菜、地菜等等，吃法有凉拌、素炒、饺馅等。西汉大儒董仲舒在《春秋繁露》一书中曾赞美芥菜说：“冬水气也，莽甘美也。”宋代范仲淹少年时常以芥菜充饥度日，写有《荠赋》，其曰：“陶家瓮内，腌成碧绿青黄；措大口中，嚼出宫商角征。”南宋陆游赞美芥菜，写有“长鱼大肉何由荐，冻荠此际值千金”，都是对芥菜赞赏之笔。

清香带涩的芥菜自古渗透在人的感情里。西安曲江有一家“宝钗芥菜饺子馆”，专用芥菜馅包饺子。传说王宝钗见到分别十八载的夫君薛平贵时，包了芥菜饺子以贺夫妻团圆，但有点儿苦涩，夫君见宝钗落下一串泪珠，顿悟其分别后的清苦。

美味的芥菜也走进生活的幽默里。有美食家之誉的作家汪曾祺，一次路过钓鱼台国宾馆，发现墙外长了许多芥菜，碧青肥嫩，便弯下腰，一兜兜地扯了装在提包中。门卫哨兵见后惊问：“你在干什么？”汪老不语，拿一把芥菜给他看，哨兵这才微笑走开了。事后汪老自我打趣说：“那哨兵大概怀疑我在埋定时炸弹。”

芥菜里也蕴含淡淡的乡愁。郑板桥诗曰：“三春芥菜饶有味，九熟樱桃最有名。清兴不辜诸酒伴，令人忘却异乡情。”陆游对芥菜更是情有独钟，多次将芥菜入诗：“小着盐醢助滋味，微加姜桂发精神。风炉歛钵穷家活，妙诀何曾肯授人。”诗人烹制芥菜的妙诀，是用风炉瓦钵，不加盐醋，只少许生姜桂皮。吃了“东坡羹”之后，他又赞美芥菜：“芥腌芳甘妙绝伦，酥来恍若在峨岷，莼羹下豉知难敌，牛乳拌醅亦未珍。”

芥菜升华到人生的意义之上，最著名的还是辛弃疾的《鹧鸪天》：“陌上柔条破嫩芽，东邻蚕种已生些。平冈细草鸣黄犊，斜日寒林点暮鸦。山远近，路横斜，青旗沽酒有人家。城中桃李愁风雨，春在溪头荠菜花。”名人朱光潜先生对此诗分析说，辛弃疾是一位忠义之士，处在南宋偏安杭州，北方金兵掳去了徽、钦二帝，还在节节进逼的情势之下，他想图恢复，而朝中大半是些昏聩无能，苟且偷安者，叫他一筹莫展，十分痛恨，于是写下此诗，暗射南宋被金兵进逼局面的心情。“风雨”能打落“城中桃李”之花，何又令人不“愁”？民间有俗语“三月三，荠菜花开赛牡丹”，可见诗人选择了荠菜花，藉以“春在溪头荠菜花”的境界，对南宋局面寄托很大的希望，芥菜已被诗化了。

力、草莓和原味这四种味道。全国统一售价3元一支，价格很亲民。

如今各式雪糕铺天盖地，冰淇淋店更是花样百出，有些品牌滥竽故意营造奢侈品的感觉，把在国外超市售卖的冰淇淋提升到离谱的高价。殊不知物极必反，这也是“东北大板”大打“回忆牌”，红遍大江南北的制胜秘诀吧。

文 / 吴建

肚，吃饱之后，巨蟒就缩回了山洞里。有个聪明的伙计说：“白蛇娘娘喝了雄黄酒会现原形，我们何不也买点雄黄放在包包子里呢？”于是大家瞒着老板买来雄黄，拌在肉馅里，专等蛇来吃。夜里，蟒蛇照样来偷吃，一口吞一个，两口吞一双，回到洞里再也不见它出来了。后来，店里做包子时就在肉馅里拌上蟹黄，蟒蛇看到包子皮上蒸出来的黄色蟹油，以为里面拌了雄黄，就不敢吃了。久而久之，其他包子店也都仿效做起蟹黄包子来。

如皋是著名的长寿之乡，清淡的饮食是如皋人长寿因素之一。蟹黄包肥而不膩，清香爽口，是名副其实的养生佳品。