

傣傣族原始食风赞

文/王宇萌



傣傣家最甜是蜂蜜

人们常以“马蜂窝”比喻令人避而远之的危险，而傣傣族村民却想方设法地要找到马蜂窝。更令人吃惊的是，村民竟将头发丝拴在野蜂身上，借此找到蜂巢。他们究竟是如何做到这点的？傣傣族又为什么要捕养野蜂呢？

傣傣族养的蜂种有15种之多，除了蜜蜂外，都是野蜂。蜜蜂采花人们取蜜，而野蜂食昆虫，人们取蛹。据相关科学家介绍：蜂是昆虫家族中最为庞大的群体之一，主要有胡蜂科和蜂族两大类。被称为马蜂的大型蜂都叫黄蜂，属于胡蜂科。我国境内生活着200多种胡蜂，川滇两省就有120余种。捕蜂是傣傣族的一种喜好。以前因为经济条件差，傣傣人养蜂主要是取蛹食用以维持生存，或招待尊贵的客人。现在蜂蛹能卖钱，促使众多傣傣人发展养蜂这一产业。

傣傣人自古有一种说法：“三只土蜂能杀死一头牛，一窝马蜂能蜇死一个人，一窝黑马蜂能蜇死一家人，一窝小如米粒的细米蜂能杀死一只羊。”即使如此危险，也不能阻止傣傣人寻找马蜂的脚步。

寻找马蜂一般有三种方法。一是透过枝叶缝隙直接寻找蜂巢。二是在丛林中听马蜂的声音，然后寻找、跟踪。因为马蜂是往返觅食，在一个地方同时有马蜂进出，表明这附近有马蜂的巢穴。三是逮住觅食的工蜂，用头发拴住马蜂腰，观察马蜂回家的路线，直奔蜂巢。这是只有熟手才能掌握的技巧，必须胆大心细才行。另外，寻找马蜂巢得有相当的体能和极好的视力，要能在山里跑很远的路。

“傣家最香是蜂儿，傣家最甜是蜂蜜；吃了蜂儿又喝蜜；待得主人心欢畅，喝得客人醉了心。”淳朴的民谣道出了傣傣人饲养野蜂的目的。蜂蛹是天然的高蛋白食品，可用蒸、煮、炒、炸、烧各种方法来制作食用。

为了多次获取蜂蛹，傣傣族村民在家养起了蜂巢。第一次取蜂蛹的时间在8月左右。为了不惊动蜂巢，村民在夜晚看好时机，悄悄取下蜂列子，再把蜂蛹取出，留下母蜂（蜂王）。母蜂会继续繁殖工蜂。以后在9月和10月各取一次。

专家介绍：“蜂类在10月繁殖的多为雄蜂和蜂王。10月后，蜂王在气温降到6℃至10℃时离巢，到土洞或墙洞里面成群过冬，等待来年建立新的蜂巢。等到新繁殖的工蜂能建造巢穴时，蜂王会飞到高处，建造另一个蜂巢。”

庆祝丰收的盛宴

当酒歌唱起来的时候，又一餐的美食盛宴就要开始了。请远道而来的贵宾吃“簸箕饭”，是傣傣人待客的最高礼节。“簸箕饭”是傣傣族待客筵席中最隆重的规格和礼仪，因为丰收意味着欢乐，所以当家里有客人来的时候，傣傣人就希望把自己的快乐和客人一起分享。

竹编的簸箕直径约有50厘米，一个簸箕类似于一张圆桌，五六个人一围拢就可开饭。簸箕里面是用本地米煮出的香米饭垫底，其上依次放上烤（或煮）熟的小猪、土鸡、羊、牛肉、腊肉等等，另用一个扁平的大竹筒盛上洋芋、芋头、蔬菜等煮成的杂锅汤菜，还有一小坨用青辣椒、生姜、大蒜、野芫荽等加盐舂制成的黏稠状蘸料，在品尝荤素美食的时候，加一点这个蘸料，味道立马变得更加鲜美、爽口。自然，少不了傣傣族布汁（小锅包谷酒）和嫩汁（又叫杵酒）。这样的以簸箕为食器，饭菜合一、荤素搭配、营养丰富、养眼又美味的民族美食，配之以怒江美酒，可以说是中国独有。

蘸水摆好了，水酒斟上来了，丰盛的傣傣族宴席就要开始了。可奇怪的是不见送碗和筷子来，没享用过“土风”的外来客们，虽然早就对着那香喷喷的美食馋涎欲滴，盼着要大干一场了，可手中没“武器”，竟

每一种傣傣人的食物，都蕴含着深厚的文化，饮其食而不知其蕴，则难品其美，可填胃而不知其道，虽五味可口，却难余味无穷。傣傣族，因“上刀山、下火海”、“澡塘会”等叫人心惊胆战的民族风俗而被外人所知，除了这些之外，傣傣族的饮食也是独具一格。“同心酒”、“簸箕饭”等具有民族风俗的饮食，既体现了傣傣族同胞热情好客的美德，又体现了傣傣族奔放不羁的文化性格。

不知该如何是好，只能发愣干等。直到主人来教，才明白要先用左手把米饭放进右手揉成团，再拿上一片喷香的肉一同送入嘴里。左手代筷，右手当碗，这就是手抓饭的规矩。那喷香诱人的味道、返朴归真的感觉好极了。傣傣大姐尹菊慧说：要用火腿片把左手的手掌涂一层油，因为手上有油，抓饭握饭的时候就不粘手，就比较卫生。

吃完了“簸箕饭”还要来一碗包谷稀饭。在怒江大峡谷，水硬矿物质多，不吃些硬通货，以硬制硬，是没有力气翻过门前那座山的。同样在大峡谷里，要找块成规模的土地种上片麦子，也只有丙中洛和永拉嘴两处。其他地方，就只有包谷（玉米）、洋芋（土豆）、荞子比较适合地形，挂得上陡峭的山坡，应付得了复杂多变的气候。从峡谷低处看上去，大小不一形状各异的田地挂在峡谷的两边，有点像钉在山腰上的一块块补丁。

傣傣人家把籽粒稍微带浆的包谷收上来，先要上砵春：一是把包谷颗粒捣成三四瓣，二是让包谷的胚肉和表皮分离，然后加上些水，让表皮上浮，方便去除。这道工序极其重要，包谷稀饭的味道好坏，主要就看表皮去除得干不干净，要知道，成熟后硬化的包谷表皮，不仅败坏味觉和口感，还基本是不能消化的东西。然后包谷才可以进土锅，在火塘上慢慢地小火慢炖。有条件的，土锅里扔上块自腌火腿或者腊肉。火塘边上的火炭灰，也不能闲着，烤盐巴、烤青辣子、烤野胡椒、烤花生、烤山核桃。这样说吧，凡是地里山上有植物香料，都尽可能地取来，能烤香的就烤香捣碎，不能烤的或切碎或捣末，调成一碗内容丰富的佐料。

傣傣语称包谷稀饭为阔要俄勒，有点拗口。包谷稀饭煮好，主人会用当地的土碗舀出来，稀饭颜色黄灿灿的，很勾食欲。但要把一碗包谷稀饭吃到痛快，就不能太着急，需要按捺住口水，让稀饭稍微冷却一下，以方便进嘴，然后舀上一大勺内



了傣傣人热情好客、情深义重的民族特点。

同心酒作为被外人所津津乐道的傣傣酒饮法，以其“同心同德”的寓意，被傣傣人深深喜爱，傣傣人的同心酒，可不是随意一个人可以喝的，傣傣人对朋友十分忠诚，对恋人十分坚贞，也只有忠诚的朋友之间，或坚贞的恋人之间，才喝同心酒。同心酒的神奇之处在于：客人已经喝得烂醉如泥，主人却什么事都没有，这其中，不仅体现出傣傣人热情好客的性格，也体现出傣傣人的睿智。

每当包谷成熟时节，傣傣人就开始酿制水酒，有的人索性把做酒的用具搬到地里，把包谷摘下来就地制酒，边收庄稼边做酒，尽情地饮上几天才肯回家。等到把包谷全收回到家里的庭院，痛痛快快地喝上一段时间。这样，在收获的季节里，人们常常是一边酣饮一边歌舞。这种水酒，也叫醋酒或杵酒。制造方法比较简单、原料一般是包谷、高粱、稗子等，以稗子为最好。制作时先把粮食捣碎，蒸熟后放凉，拌上适量的酒药，放进干净的瓦罐里，盖好，发酵十几天，等发出酒香味，说明已出了酒，启封冲饮。时间越长越好，如果放上半年以上再饮用，酒味就更浓了。

水酒的饮用方法是，把罐内的酒舀出一些放在锅里兑上温水，用木勺搅拌，待酒味和温度合适了，舀出过滤装进竹制的酒杯，就可以饮用了。要是能加上一些红糖、鸡蛋，即富有营养，又甘醇，清香扑鼻，这种酒也就是17至18度，解渴、爽口、提神解乏，还能增加食欲。

按傣傣人传统习俗，饮宴伊始，主人要先将自己的竹筒杯斟满，并往地上洒倒少许，表示祭祖先。接着自己先举杯略饮，表示酒是好的，然后才将客人的酒杯一一斟满，双手捧献给客人饮用。一碗自酿的米酒端上来，就是主人最热情的表达。然后在“一拉秀”的高呼声中，众人举杯一饮而尽，气氛达到高潮。“一拉秀”是傣傣语，意为“一口干”的意思。在怒江，总有人在此起彼伏的“一拉秀”声中醉倒，那一个酒醉的夜晚也成为来怒江的一种独特体验。



容丰富的佐料进去，哗哗地闷头快吃，间或咬上一口火腿或者腊肉。其他配菜一般没有，非得要有菜，那碗佐料就是了。

怒江的美酒之旅

酒在傣傣人生活中扮演着十分重要的角色。傣傣人的酒，有多种饮法，较为知名的有：亚哈巴知（石月亮酒）、仁尼知（三江并流酒）、燃卡知（勇士酒）、普花知（发财酒）、斯加知（思念酒）、日师知（长寿酒）等。每一种饮法都隐藏有一个细腻动人的故事和深厚的文化底蕴，而非外界所理解的海喝与滥喝。

请客人喝同心酒是傣傣族待客的最高礼节。傣傣语中，“同心酒”叫“伴朵”，也叫“虾偏打”。即两个人手捧一竹筒水酒，相互搂着肩，脸贴脸嘴挨嘴一起将酒饮尽。按风俗这种饮法除夫妻俩不能“伴朵”外，其余任何人不分男女老少都可以“伴朵”。顺秩序轮着来，一圈又一圈，谁也不能躲脱。谁若轮到不喝，姑娘们就举杯围着他唱歌，直到唱得他不好意思，喝下两杯酒，方肯罢休。饮用同心酒过去常用于招待贵客、签约盟誓或拜拜兄弟等场合。“喝了‘同心酒’，走遍天涯海角都是情。”这句流行的傣傣族谚语极好的表达

香格里拉三亚揭幕

10月24日，香格里拉酒店集团在中国大陆第一家度假酒店——三亚香格里拉度假酒店正式开业，其中包括儿童探险乐园和即将在十一月开幕的儿童水上乐园。

三亚素有“东方夏威夷”的美誉，酒店康提奇餐厅的菜品也与这一称谓相互呼应。康提奇餐厅受波利尼西亚文化启发，提供南太平洋风味美食。和菜单搭配的还有互动篝火表演、草裙舞和手鼓，让现场的气氛无比欢乐。康提奇招牌菜蕉味鸭肉披萨，选用香蕉和熏制鸭胸肉为原料，再配上浓烈的酸豆酱，尝起来酸甜适度，令人胃口大开。

厨艺舞台全日餐厅拥有366

个座位和六个开放的剧院式厨房和独一无二的儿童专属自助餐台，全心全意照顾小朋友的健康饮食。在这里可以品尝国际美食、中国传统家常菜以及海南本地菜肴，如特色海南鸡饭、东山羊和五角猪等。

伴着清凉的海风，宾客可以在餐厅一边挑选本地鲜活海鲜，一边欣赏户外美景。甄选新鲜食材搭配大厨的精湛手艺，餐厅为宾客呈现原汁原味的东南亚美食，满足食客挑剔的味蕾。特色推荐菜有冬阴功汤、新加坡辣炒蟹等。在大堂吧、泳池吧和开放式的蜻蜓吧，宾客可随时享用新鲜饮品、鸡尾酒及小吃。

毛毛

第十二届中国吴江美食节举行

日前，苏州市吴江区启动举行“第十二届中国吴江美食节”。本届美食节以“美食让生活更精彩”为主题，发挥美食旅游的关联作用，突出为市民生活、为地方经济和为游客服务，设立了旅游购物节、吴江家庭菜公开课以及首次整合吴江全区各镇（区）特色糕点小吃，通过太湖新

城（松陵镇）、吴江经济技术开发区（同里镇）、汾湖高新技术产业开发区（黎里镇）、盛泽镇、震泽镇、平望镇、七都镇、桃源镇等八大镇区以及吴江旅游协会、吴越美食推进会、吴江餐饮业商会和吴江日报社新媒体中心的推荐，有34个展位展示吴江风味，32个展位展示台湾小吃，总品

种达到180个不重样。其中14家获得苏州湾厨王争霸赛奖项的餐饮企业将于2015年1月20日前供应4冷4热2点售价在600元以内的秋冬小筵，使美食爱好者能充分享受江南美食的快乐。

本届美食节将持续到2014年11月30日结束。

野山菌与中华饮食文化

的馈赠——珍贵野山菌作食材，用菌菜来表现中国传统五伦。忠，忠诚诚信，忠于原味，例如凉拌珊瑚菌，珊瑚是佛家七宝之一，得之则国泰民安。珊瑚菌也是野山菌中的极品，以鲜美爽滑著称。用凉拌的

手法，最大限度地保持它的原汁原味，既忠于食材本身，也忠于为顾客奉上最原生态美味的庄严承诺。同时迎客的还有十余款与我国健康饮食文化相关联的天然野山菌珍品菜肴。 郝诺