



老饕论道

对于青菜、菠菜、白菜来讲,小伙伴们熟得不能再熟。不过我另提几种菜名,如养心菜、皇宫菜、甜叶菜、紫背天葵,小伙伴们估计干瞪眼了,连我见多识广老婆净在摇头。我趁机献计:“何不问问二师兄?”老婆不解:“哪个二师兄?”我乐不可支:“唐僧的第二个徒弟也。”老婆奇怪:“为什么单单八戒知道?”我鼓起勇气:“因为这些菜全是二师兄过去的口粮。”老婆愠怒:“你竟敢骂我吃猪食(我家买来的有机蔬菜盒里经常会出现以上菜名)!”我防守反击:“不信请教钟点工,她农村里出来,晓得。”但是钟点工惯于老婆“淫威”(钟点工周薪由老婆发放),光一个劲傻笑。老婆是个聪明人,见此情景,一切尽在不言中。

其实人们完全不必为同猪共食一样的东西难为情。在动物界中,人杂食,猪也杂食。猪的身体构造和生理功能在许多方面和人类非常相似,包括器官大小、饮食习惯、消化功能、肥胖趋势等方面,猪基因组与人的相似性达到60%(做试验常用的小白鼠只有40%)。说不定人类老祖宗就是在大自然里跟猪互相争抢中认识不少可吃的食物并逐渐成长进化的。

那么以前供给二师兄的食物,怎么会堂而皇之大摇大摆爬上人们的餐桌?这不得不从饲养方式的变革谈起。往日农村里养猪,除了稍微喂点杂粮和泔水,还得去田野山坡割猪草(即现在热衷的有机蔬菜),用大量猪草来弥补杂粮不足,因为那年月人们自己吃饱都不易。后来人们富裕了,粮食年年丰收,不愁吃不饱肚子,且为了速成以及偷懒,没人再愿意辛辛苦苦割猪草(以至于将来演黄梅戏《打猪草》时,需要事先重点解释“猪草”究竟是咋回事),全改成喂饲料。饲料一袋袋买来,往二师兄碗里(即猪槽)倒一些颗粒,既省事又出栏快。据传一头猪按传统方式养到“上市”至少10个月,但经饲料喂养的大概仅需4个月。时间就是金钱,“饲料革命”能够至少提高一倍效率啊。

二师兄改口味后,麻烦随之而来,即满山遍野疯长的猪草如何处理(像黄浦江上猖獗的水葫芦就是以前专门从国外引进的猪草)?人就是比猪多一个心眼:反正人、猪食相近,想方设法让人吃呗。打出“有机食品”招牌,所有问题迎刃而解。也确实如此,猪草绝对不施农药化肥,纯天然生长,肯定是有机食品。在处处小心提防食品安全的今天,很具备杀伤力。把无人问津的通过包装摇身一变成高档抢手的,这馊主意不列入MBA(即工商管理硕士)教材,实在痛心疾首。

此事给我启迪:人类是否也应该从煮米饭、炒热菜、煲汤水中解放出来;从买汰烧中脱身出来,大力提倡主食“颗粒”(饲料称呼不太雅,恐怕相当部分市民会像我老婆那样生理上难以接受)。科学幻想一下:某日,工薪族一天工作完毕,筋疲力尽坐在回家的公交上,悄悄从挎包里抽出一袋颗粒,原来是早晨上班前预先搭配好的,有白的米饭粒、绿的蔬菜粒、红的猪肉粒、黄的瓜果粒、灰的鱼虾粒……一颗颗扔进嘴里,嚼嚼咽下去,接着喝点水漱漱口。一顿营养丰富美味可口的晚餐不费吹灰之力搞定。且颗粒不似菜包子、糍饭团气味浓烈影响旁人,并可能弄脏环境。回到家里肚子已经填饱仿佛加足汽油,不用买汰烧;不用为谁刷碗剪刀石头布;甚至家中煤气灶安不安装皆无所谓(犹如手机冲击座机),一家人可以在精神文明中尽情享受(再借口没时间读书便词穷了)。精神文明提高,社会和自然和谐。

早餐、午餐照样颗粒。万一心血来潮想尝鲜,周末在家不妨亲自动手,买汰烧属于兴趣爱好。政府则可以采取集中统一规范管理模式,专门建立多个大型食品厂,加工各式各样食品:先将食物洗净煮熟,然后浓缩成颗粒。食品的安全清洁、营养成分均得到保障,什么地沟油、违章设摊之类的,统统不攻自破。

正因为创新,猿才能进化为人类;正因为革命,历史才能前进。如果一味墨守成规,将面临落后被淘汰风险。所以吃饭形式的变革必须提到议事日程。天蓬元帅都能屈尊顺应潮流,人类未尝不可。而榜样的力量是无穷的。

过 往年味

腊月初,回了一趟处于山丘“包围”之中、至今不通汽车和网络的老家,发现很少见到成串成挂的腊肉、腊鱼、腊鸡、腊香肠等的旧物了。父母和众乡亲只是象征性地腌制一点鱼和肉,“腊味”在这样一个偏僻山村也沦落成一个应年景的仪式了。

印象中,乡村的腊月就是用来做“腊食品”的,腌制肉类食品一般都在冬至到“四九”前完成。上世纪七十年代末,第一次尝到分田单干甜头的父老乡亲,把吃肉当成一种目标追求,尤其是私宰自养的猪羊等牲口的“免批”政策,调动起杀年猪做腊肉的积极性。那些年,腊月里的清晨,总是被生猪遭宰时撕心裂肺的痛叫声吵醒,令我不敢到现场观摩。到农户家杀年猪,是杀猪佬最愿干的事,只需将猪大卸几块就完事,而且又不被欠工钱。生活

腊 味丰饶

腊月是肥润饱满的,到处弥漫诱人香味。阳台上挂满各种寒货,腊肉,腊鸡,腊香肠,腊鱼……心头漾起知足与幸福。都是婆婆一手腌制的。婆婆腌制时会出新招,有的腊货放些辣椒丁、香菜末,寒鱼里放些香菇与瘦肉熬的浓汁。拿出来,还没下锅就先闻得人馋涎欲滴。

阳台上挂满寒货。今天切段腊肉放在饭锅里蒸,爱挑食的孩子吃得就比平常快,还闹着再盛一碗。若是清煮寒鱼,那全家老少饭量都比平常增多,腊香肠,大概是最诱惑感官的美味了。

腊月的肥润,还显在贺年的氛围上。儿时没有丰富的零食,对美食的想往都停留在对过年热切期盼中。腊月好似一声号角,刚一吹响,整个村庄都沸腾了,家家烟囱冒出缕缕炊烟。奶奶是一家之主,养五儿三女,没有分家,

塌饼上来了,端正正地放在大号碗盏中,放在大家的面前,热气从塌饼的饼面上优雅地散发出来,有几缕烟气飘拂到了眼前,烟气里还夹杂着香味。这塌饼,外圈是圆的,饼面是扁的,颜色是绿的。看上去很淡雅,也很温顺,一声不响地躺在黑陶的碗盏里,像是没有睡醒的一样,那姿态很容易使人联想到美人春倦的模样,慵懒而又自然,美丽而又娴静。吃塌饼,先看塌饼,看塌饼就像欣赏生活中美人一样,舍不得说,舍不得碰,舍不得吃。为了那份矜持,双手只好垂在大腿上,恭敬地等待着别人先张口。那好,我们现在就一起去吃吧。

这是庄行的塌饼。庄行人讲到这塌饼,总是一脸喜气,一脸自豪,一脸自信,也一脸闲话,这是自然的,因为这塌饼的产地在庄行,就在这些人的手里捏出来的,而且到庄行吃的人吃了后没有说不好的,大家感觉都像觅得了宝贝似的。店家告诉我们:庄行塌饼在别的地方是不可能吃到的,庄行塌饼只能到庄行来吃,说别处有庄行塌饼可以买,可以吃,可以带,那都是噱头之语,都是骗人的,因为庄行的塌饼很难做的,它有四个“不一样”。这四个“不一样”是指:材料选择不一样,制作工艺不一样,营养价值不一样,地域位置不一样。

先说材料选择不一样。庄行的塌饼叫麻花郎塌饼,意思是这塌饼是用麻花郎做的。那么什么叫麻花郎?其实,麻花郎是一种草,或者说是一种野菜,土生土长,自生自灭,但可以食用的。庄行的塌饼是将采摘得来的麻花郎野菜,与面粉糅合在一起后做成的。这一糅合,使得面粉变成绿色了,这“绿”一是均匀,二是不浓绿,看上去比较哑静,也很悦目。同时因为麻花郎野菜有细小的茎蔓,所以这塌饼吃起来,有时牙齿还会碰到麻花郎

文 / 赵柒斤

渐退的腊鱼腊肉

条件稍好的农户都要腌一头整猪,即便是捉襟见肘的贫困户也要腌半头猪。那时,山村的冬天都是腊香阵阵。

我家做腊肉也是逐渐递减的,分田单干第一年腌制了一头整猪,到现在仅腌一刀肉(5公斤)。现今要想闻腊香,非得把鼻子凑上前去嗅。山村的腊味都寒意瑟瑟的样子,城市里腊肉腊鱼又怎能四处飘香?当初腊食品的那些缸坛罐钵等也都集体退休,甚至被弃在屋外。父亲说,刚分田到户那阵子,大伙儿肚子刚弄饱、杀猪宰羊又不用“批条”,老百姓便把做腊食品当成重新翻身解放的大事。一挂挂腊肉、一串串腊鱼、一坛坛年糕、一钵钵腊豆腐,不仅是过年快乐和夏春菜荒的保证,也是农家财富的象征。这样的腊香满含苦涩。

文 / 王琴

寒货奏响幸福号角

奶奶一天到晚的忙着杀年猪,蒸馒头,点年糕,做新衣,贴窗花……到年三十晚上,十几口人的衣着,吃的,用的,包括孩子压岁钱都想得全面又体贴,乐得每个人脸上都笑开花。

年过完了,刚进初春,寒冷依然。奶奶很有先见之明,腊月里和来年初春里的食物,都分配得当,不许多吃一份。过完年,同村人家几乎都没的年货吃了,我家还每顿有寒货当荤菜,在瘦而冷的春天里,大人孩子都养得精神足,不生病,不感冒,自然也就不白花来之不易的钱了。

奶奶是在腊月辞世的,行前,她把几个媳妇招呼到面前,要她们学会勤俭持家,不能仅肥腊月,饿着春寒,让身体吃不消,春耕忙不动。奶奶的话,至今还在母亲和婶母间坚持着。

独 门功夫

麻花郎塌饼

的筋筋拳拳,与其他塌饼比起来,相对有嚼劲,加之是自己在自己的鼻子底下看到了野菜的模样,心里感觉比较生态。

麻花郎塌饼之所以好吃,是因为有了麻花郎这道野菜,但也与其繁瑛的制作工艺密切相关。这也与所有的佳肴一样,好吃的食物做工相对复杂,做麻花郎塌饼也一样。店家说,冬天里采摘的麻花郎以后,先要挑选,这是头道工序,接下去要洗干净,好了后放在锅里用热水烫几分钟时间,而后拎出来放入人盆,再取少许白石灰,捣成白石灰水,将其倒入放置麻花郎人盆内的,用双手揉搓,待麻花郎的叶里排出一种黄色的液体后,方可撩起麻花郎,再用清水漂洗几次,然后混入面粉和糯米粉进行糅合,糅合是门技术活,需要双手配合,眼力判断要准,也需要十来分钟时间。到面粉成了面团,再搓成一个个扁圆形小团,手指指轻,出一凹点,把馅放进去,弯转面团,手心轻轻握紧对压,再用右手五指拿捏边沿,塌饼就成了。

接下去要下锅了,下锅叫“煎”,煎塌饼。这“煎”塌饼特别讲究。首先是灶头要老,要老灶头,真正的农家土灶,真正的铁锅,铁锅上煎味道纯正。其次火头要稳,火势不能太旺,也不能太弱。过旺塌饼要焦糊的,过弱塌饼要夹生的。最好的火头是中火,而且火头要匀,要烫而不热,所以选择中火的文火煎法最适宜。最后手脚要忙。在整个的煎制过程中,塌饼的两面要不断地翻转过来,一面有点绿里带黄的颜色了,立马要翻转到另一面,要翻转十余次,看看两面颜色差不多就可以了。出锅时,还要用水笼头喷点雾水,这样塌饼的颜色

板粟,又名瑰栗、掩子、凤栗、毛栗子,是我国特产,素有“千果之王”的美称,并与桃、李、杏、枣一起,并称“五果”,还与枣、柿子有“铁杆庄稼”、“木本粮食”之美誉,是一种物美价廉、富有营养的滋补品,更是一种养生的良药。

当 季珍果

《本草纲目》上说:“栗能治肾虚,腰脚无力,能通肾益气,厚肠胃。”苏辙诗云:“老去自添腰脚病,山翁眼累旧传方。客来说农兴事,三咽徐收白玉浆。”所以板栗还有“肾之果”之称,《名医别录》将板栗的药用功能列为上品,认为它对人体的滋补功能可与人参、黄芪、当归等媲美。

板栗还有驱寒、止泻的功能,李时珍说:“有人内寒,暴泄如注,令食煨栗二三十枚,顿愈。”常吃板栗,对日久难愈的小儿口舌生疮和成人口腔溃疡也有很好的治疗作用。板栗还可以防治高血压、冠心病、动脉硬化、骨质疏松等病症,是如今人们抗衰老、延年益寿的滋补佳品。

板栗的营养价值丰富又全面,是果中不可多得的滋补食品,不但苏子由爱吃,陆放翁更是喜欢,他在《夜食炒栗有感》中说:“齿根浮动叹吾衰,山栗炮燔疗夜饥。”陆游还知道谁的板栗炒得好,《老学庵笔记》中写道:“故都李和炒栗,名闻四方,他人百计效之,终不可及。”南宋诗人范成大奉使也为板栗赋诗:“新寒冻指似排筵,村酒虽酸未可嫌。紫烂山梨红皱枣,总输易栗十分甜。”

板栗可以炒,还可以煮、蒸、烘。加工成粉、泥,可做栗饼、栗糕、栗粥。用板栗做的佳肴更是数不胜数。金桂飘香栗子来,早熟的栗子从八月开始上市,到来年春天都流行不衰。天寒地冻的冬天,更是吃板栗的最好时机了。

文 / 高明昌

就晶莹、很好看,会增加食欲的。当然出锅也要看塌饼的馅料的,如果是豆沙、芝麻的,时间可以短些,如果是咸肉的时间要长些。这个时间,店家都掌握得分秒都不差的。

麻花郎塌饼是在最传统、最原始、最生态的状态下捣鼓出来的,好吃是应该的。许多的人喜欢吃麻花郎塌饼,更主要的原因还在于麻花郎塌饼的营养价值。麻花郎为菊科植物,其嫩叶含有丰富的纤维素和多种维生素,人吃入后,能够减少食物残渣在体内的停留时间,减少肠道对脂肪的吸收,在美味的享受中,既美体又健身。同时因为麻花郎,性味苦凉,还具有较强的清热解毒、消除祛瘀的功能,对湿性类的小毛小病有一定抑制作用。比如吃了几只塌饼,不用漱口,嘴里也会感觉清爽,牙龈这地方感觉不黏糊等,这些都是吃塌饼吃出来的好处。

好吃的食物总是稀少,麻花郎塌饼更是。其他不说了,单说麻花郎这种野菜的数量也在逐年减少。店家说,为了采摘到最多的麻花郎野菜,一进入冬天,他们就出门四处采摘了。春天一过,采摘的次数增加了许多,范围也扩大了别的地方了,有点“备荒”的样子的。说起来也是有点道理的:越是上乘的东西,生长的地方越是怪,越是难找。现在的麻花郎生长的地方也是有点独立的腔调。店家给我们总结了一下说,麻花郎一般都长在河浜滩头,长在田埂小道的两头,有些长在宅前宅后的角角落落里,是标准的在旮儿头里,而且喜欢土地相对板结的地方,所以,采摘麻花郎时,这人呀,尽可能的脚头勤一点,耐心足一点,眼睛尖一点。