

好吃周刊

B11
不可食无竹
B12
天山脚下好味道



本报副刊部主编 | 总第391期 | 2015年4月9日 星期四 主编: 龚建星 责任编辑: 徐婉青 视觉设计: 龚云阳 编辑邮箱: gjx@xmwb.com.cn



近日,杭城细雨霏霏,气温骤降,大批采茶工在西湖区梅家坞茶园采摘龙井茶。为了不让茶叶“老”在茶园里,茶农纷纷在雨中抢采春茶。清明过后,西湖龙井“身价”回落开始接地气,市民可以品尝龙井新茶了。
豆儿 / 文 CFP / 图

红泥小炉

萋蒿满地芦芽短 (上)

文 / 西坡

每到清明,中国古代诗歌宝库里有两首诗总要被拿来“祭”一下,一首是:“清明时节雨纷纷,路上行人欲断魂。借问酒家何处有,牧童遥指杏花村。”(杜牧《清明》)另一首是:“竹外桃花三两枝,春江水暖鸭先知。萋蒿满地芦芽短,正是河豚欲上时。”(苏轼《惠崇春江晚景》)

或问:杜牧一诗,标题就是“清明”,描写的情景也对,没有话说;东坡一诗,既无“清”,又缺“明”,何以搭乘“清明”的“顺风车”呢?是的,从小学到大学,老师教给我的,只说它描绘的是“早春”(不提清明)的景象。可是,如果我们换个角度,比如从动植物的生活习性来分析,说它写的是“清明”,基本上可以说得通。

我们知道,自然科学当中有一门分支,叫“气候学”,它是研究气候特征、形成、分布和演变规律以及气候与其他自然因子和人类活动关系的学科。反映在以形象思维为特征的文学创作上,《清明》一诗,与“气候学”最能互为表里。

我们还应该知道,另有一门叫“物候学”的学问,它是研究自然界动植物的季节性现象同环境的周期性变化之间相互关系的科学。具体来说,它主要通过观测和记录一年中植物的生长荣枯,动物的迁徙繁殖

和环境的变化等,比较其时空分布的差异,探索动植物发育和活动过程的周期性规律及其对周围环境条件的依赖关系,进而了解气候变化规律及其对动植物的影响。作为对应,文学上可以苏轼的《惠崇春江晚景》为代表。

说东坡的这首诗写的大概是清明的景致,证据有:初开的桃花,遍地的萋蒿,始萌的芦芽,新市的河豚……这些都是富有清明时的物候特征和动植物生活节律的;至于鸭子,因为不会说话,我们无从知晓。

关于萋蒿,农谚有“三月茵陈四月蒿,五月六月当柴烧”之说。茵陈,中医认为就是萋蒿。据说品质上佳的野生茵陈,只在每年清明前后才能采集到,再加上清明前后的河豚最为鲜美,这两者出现在同一个时段,大抵可以判断出《惠崇春江晚景》描写的景物,差不多就在清明时节。

我非常佩服苏东坡对事物观察的细致和敏锐。比如说他对于萋蒿和芦芽的认识,就比我们高明,因为我们连萋蒿和芦芽是什么都茫然无知,更不要说它们生长的环境了。

既然茵陈是萋蒿,那么,蒿又是什么呢?那可说来话长啊。

或说,萋蒿在文学作品中出现已经很有些年头了。比如《诗经·鹿鸣》当中有一些出名的句子,让人耳熟能详:“呦呦鹿鸣,食野之苹。我有嘉宾,鼓瑟吹笙。吹笙鼓簧,承筐是将,示我周行。呦呦鹿鸣,食野之蒿。我有嘉宾,德音孔昭。视民不佻,君子是则是效。我有旨酒,嘉宾式燕以敖。呦呦鹿鸣,食野之芩。我有嘉宾,鼓瑟鼓琴。鼓瑟鼓琴,和乐且湛。我有旨酒,以燕乐嘉宾之心。”

有人注释说,苹是苹草;蒿是蒿草;芩是芩草。这算什么学问?又有人深入了一点,说苹是薜蒿;芩是芦蒿。那蒿又是什么

呢?许多研究者试图把它定义下来,最后好像都显示出无能为力,只好含混其词,以一句“蒿类植物”打发读者。

从字面上看,苹、蒿、芩三样,“蒿”最接近于我们所说的萋蒿。可是,事实并非如此。须知蒿类植物的“属”,非常庞大,如艾、蒿、萎、萧、蓬、荻、菰等,都可以装在“蒿”这个大筐内。“蒿”,《尔雅·释草》:“藿之醜,秋为蒿。”注曰:“春时各有种名,至秋老成,通呼为蒿。”又,《陆佃·诗疏》:“蒿,草之高者。”

可是,古人做诗,很忌讳把同样的东西变着法儿塞在同一首诗里的句子或段落,诗人之所以把“苹”、“蒿”、“芩”分开说,肯定有他的道理,只不过我们不懂而已。

我以为,《鹿鸣》中的苹,也就是薜蒿(白蒿),又作青蒿,最有可能就是苏诗中的萋蒿。

你有没有听说或者吃过萋蒿?没错,萋蒿就是芦蒿的另一种称呼。

萋蒿是蒿类之一,但不能说萋蒿就是蒿,或者说蒿就是萋蒿。

直白说吧,什么苹啊、蒿啊、芩啊,都是蒿类植物,也都可以说是野草,是牛羊马等喜欢吃的东西。

别多心,人类进化就是这样,《诗经》时代给牛羊马吃的蒿草,到了苏轼时代就成了时蔬。这和苏轼时代猪肉不受人待见,到现在成了人们津津乐道的佳肴,是一样的道理。

我发现,东坡这首诗里,还潜藏着一个生物密码。李时珍《本草纲目》第十五卷草部,论及“白蒿”,曰:“气味甘无毒,主治五脏邪气,风寒湿痹,补中益气,长毛发令黑,疗心悬,少食常饥,久服轻身,耳聪目明,不老,去热黄及心痛,治夏日暴水痢,治淋沥疾,利膈开胃,杀河豚鱼毒。”

注意:萋蒿具有“杀河豚鱼毒”的功效!中国传统药理学里非常讲究食物相克。当河豚鱼可以开吃的时候,可解其毒的萋蒿竟也面市了。这是多么美妙的配合啊!

周一菜

文 / 李兴福

韭菜炒螺蛳

春天是吃螺蛳和韭菜好时期。韭菜自古就备受重视,《本草拾遗》载:“韭温中下气补虚,调和脏腑,令人能食,益阳,止泄血瘀。”



现代医学研究证实,韭菜对高血脂及冠心病患者有好处,具有降低血脂的作用;韭菜中尚有较多的胡萝卜素,维生素BC以及钙、磷、铁等矿物质,作用也不可低估。

韭菜配螺蛳肉,是一道春夏季节的佳肴。螺蛳肉含有的营养很多,如维生素A、D等。其补益作用强,能清热利水,明目。

原料:韭菜250-300克,鲜活螺蛳500克。调料:精盐、鲜粉、料酒、葱姜各适量。精制植物油50克。

制作方法:新鲜韭菜去尽黄叶,洗净,切成一寸长的段待用。新鲜活螺蛳买来后,养在清水盆内;养半天后,剪掉螺蛳尾尖;再养在清水盆内2-3小时,冲洗干净。锅内放清水烧开;放料酒、葱姜。将螺蛳下开水锅内氽一下捞出,用针将螺蛳头肉挑出(只要用螺蛳头肉,其他不用)。锅上火烧热,放油滑锅。锅上火烧得旺一点,放油,先将螺蛳肉下锅,快速煸炒两下倒出。锅上火烧旺,油40克烧旺,将韭菜快速倒入锅内煸炒。火要旺一点,快速加盐和鲜粉推炒,再将螺蛳肉放进韭菜一起翻炒两下,装盆即成上席。

特点:螺蛳头肉鲜嫩,韭菜脆嫩,具有独特鲜香味,爽口。

友情提示:螺蛳一定要洗净后再倒入开水锅内氽一下;要用旺火氽,约氽一分钟,时间一长,螺蛳肉会变老,吃口差;炒韭菜时火旺一点,油锅烧得热一点;调料同韭菜一起下锅推炒,而动作尽量快一点;炒好就吃,最好人等菜而不要菜等人,否则菜的质量变差。

吃正宗五常新大米
打(021)52801507
申泰牌五常有机米10斤装98元、5斤装60元;按有机标准种植的10装85元、20斤装155元;同品种常规种植的10斤装65元、20斤装125元。
从选种、种植到餐桌,减去任何中间环节,只需拨打上方一个电话,苏浙沪免运费,送货上门!