吃遍中国 / 好吃周刊 新民晚報

青海省互助县世代居住着一个勤劳纯朴、能歌善舞的民族——土族。土族人在漫长的历史进程中形成了自己独特的文化。土族妇女的袖子用红、黄、黑、绿、白等不同颜色拼成,恰似天上彩虹,因此,这里被誉为"彩虹的故乡"。土族人以农业为主,兼营畜牧业,尤其精于养羊。因此形成了独特的饮食文化和风俗习惯,名吃有狗浇尿、哈力海、手抓肉、沓呼日、海流等。

第一次遭遇"狗浇尿"

在土族人家中做客,勤快的主人们不一会 儿就端上黄澄澄的狗浇尿,让你吃一口饼,品一 口醇香的奶茶。当地的很多餐厅招待客人都会 隆重地推荐狗浇尿,一是由于饼色金黄美观、甜 香柔软,二是能满足宾客一探究竟的猎奇心理, 在满足好奇心的同时体验互助的美食。"狗浇 尿",名字带着乡野气息的意趣,土得掉渣儿。初 来之人,都有想探究为何会有如此"不雅"的一 个名字?

狗浇尿的得名,有两说。一说,狗浇尿和一名土族阿姑有关。从前新媳妇过门,按照传统,第二天早餐时都要露一手。其中有位新媳妇手忙脚乱赶做早餐时,一只小狗跳上灶台,一脚就把油壶踢翻了,清油在案板上流得到处都是。新媳妇急中生智,连忙将面粉倒在案板上将油吸干,然后和成油面,撒上香豆粉,擀成薄薄的饼。在煎饼的时候,因为剩下的油不多,只能一小圈一小圈地分次加油,饼熟之后端上桌,大家品尝后,都说特别香,问新媳妇是怎么制作的,新媳妇不好把狗踢翻油壶的事情说出来,就说是狗把尿浇在上面的缘故。于是,人们就把这种薄饼叫做"狗浇尿"。

二说,源自它的烙制方式。说起来很有趣, 农村有一句话:"牛翘尾巴是拉屎,狗一抬腿是 撒尿",可见"撒尿抬腿"早已是狗类的招牌动 作。狗撒尿很好看,像耍杂技一般,一条后腿一 跷,滋儿一股,往前跑跑,腿再一跷,滋儿又是一 股。追溯到上世纪五十年代以前,土族人的厨房 里垒造的灶台比现在要高的多,而且多使用陶 制小茶壶盛油,这样的油壶倒出来的油细细的 一股,烙饼时,主妇们拿起小油壶沿锅边转着圈 地浇油时,往往会不由自主的翘起一条腿,这个 动作恰如狗狗在墙根撒尿的姿势,最有说服力 的一种解释是,由于那时候油特别珍贵,人们舍 不得多用油,烙饼时用小油壶沿锅边浇油的动 作,犹如狗在墙根撒尿的姿势,于是乎,这样制 作出来的一款堪称色、香、味俱全的高原风味面 食便被民间称为"狗浇尿"油饼。

狗撒尿分为只加一点酵子的"半死面"和不加酵子的"死面"两种。将小麦面和好揉匀、擀开,撒上香豆粉,浇少许菜籽油抹匀,卷成长卷。再顺面卷方向探成螺丝状,切成小段,逐个压平微薄。在烧热的烙馍锅中倒上约半两菜籽油,将饼放进,沿锅边浇上一圈菜籽油,并不停转动薄饼,使其人色均匀。待饼上了火色,立即翻过来,再沿锅边浇一圈菜籽油,并不断转动饼子,煎熟

在中国传统民俗文化传承中,有一种习惯,越是喜爱的就越表现出不在意甚至糟践。就像很多人家里最疼爱的孩子会取个贱名叫"狗蛋"什么的,大俗的名字里有着道不尽的大爱。虽说狗撒尿名不雅,但却丝毫不影响它在当地受欢迎的程度。而且,作为当地家喻户晓的主食之一,狗浇尿味道着实不赖:色泽金黄油润,人口皮脆内软,透着高原菜籽油散发出的独特香气诱人食欲。

在2010年上海世博会时,狗浇尿作为青海风味小吃参加世博会,因名字不雅而改为"青海甘蓝饼"。但对于狗浇尿的更名,好多土族人表现出的则是或多或少的遗憾。因为任何一个名字的形成,都是特定环境、特定因素中的特有产物,在很大程度上是一种文化积淀。狗浇尿的名字和这种小吃的做法是非常贴切的。给食物起狗浇尿的名字,正是以强烈的反差形成一种冲击力,体现着劳动人民的智慧和艺术性。土族同胞更希望,来自五湖四海的游客,最终记住的不是青海甘蓝饼,而是狗浇尿。



满城都是











土族人家的白水肉

白水肉,顾名思义就是用白开水煮熟的猪肉。到土族人家去做客,好客的土族人往往会用白水肉招待尊贵的客人。这种礼节从表面上看并没有什么奇特之处,但当你吃过土族人家的白水肉之后,就会感觉到他们的白水肉与高档餐厅的白水肉有着本质的区别。餐厅饭桌上的白水肉,总要以特制的酱汁作为佐料,还要与其他的菜肴进行搭配,讲究的是不同食材的色、香、味等。但白水肉一旦出现在土族人家的饭桌上,那么,白水肉就是纯粹的白水肉,任何调料都不会添加的,包括食盐。

这种纯粹不添加任何佐料的水煮肉好吃吗? 结论不言而喻。但这种礼节已经成为土族人家的 ·种饮食文化,至今大行其道。这种礼节在正规 的、隆重的仪式上更是成为了严格的制度,并在 不同的场合以不同的形态出现,比如在神庙中敬 神或在祖坟上祭祖等祭祀仪式上, 白水肉会以 "囫囵体"的方式出现:宰一头哑猪(被阉割了的 仔公猪),褪去猪毛,洗净胃肠,将猪血灌入猪肠 之中,整体在大锅中者熟,不能缺少任何器官,其 至一小块肉,严格要求不得添加任何佐料,盛装 起来就成为了祭祀的供品;在婚礼上,白水肉则 以"肉方"的形式出现,先将新鲜的猪肉切成七、 八寸见方的肉块,用白水煮熟(不放任何佐料,包 括食盐),剥去猪皮,用白色羊毛捆扎,这样就成 为了必不可少的彩礼之一;在家庭宴会上,猪肉 也是以块状方式煮,并以块状方式不经过切割直 接呈现到客人面前。

这种用白水肉祭祖或招待贵客的文化,有其深层次的起源,并非土族先民因在古代缺少调料所致。在中国历史上,自永嘉之乱以来,辽东鲜卑一支脉的王子吐谷浑携七百户经过20多年跋涉来到今甘肃、青海两地,建立的政权长达三百五十载。他们能在这里长期立足,除了仰仗天时、地利、人和之外,还依赖从东北老家带来的古老宗教——萨满教。吐谷浑建国后,尽管传播和发展了佛教,但其后裔在千百年漫长的历史长河中对萨满教的继承和传承从未间断过,"白水肉"——这种饮食文化的起源和传承也并非是单纯意义上的饮食文化,它已经升华到了宗教祭祀文化和生态文明的范畴之中。

无论"神"是否存在,土族人对"神"的崇敬之心永远存在,每年对诸"神灵"的祭祀活动都要按部就班地举行。在萨满教系统中,萨满神的代言人(也就是巫师)一般由贵族成员中的智者担任,智者会对民众准备的祭祀神灵的供品做出严格的要求,其细节与西方基督教中对供品的要求很相似,诸如不得用病死的牲畜肉作祭品;不得用过期变质的肉食品作祭品等。在古代,民众生活清苦,肉食品本来不会太充裕,一方面,贵族阶层为了防止平民用病死或过期变质的肉制品用浓烈调味品进行深加工以掩盖其腐臭味,并用其充当祭品;一方面,群众为了证明自己准备的肉食祭品取自健康牲畜,且最为新鲜,自己对神灵的

供奉是虔诚的,用白水煮的肉食品最能说明自己的虔诚。

后来,白水肉逐渐演变成了招待贵客的菜肴而越来越多地出现在普通人家的餐桌上。热情好客的土族人民为了表达对客人的尊敬,用供奉神灵和祭祀先祖的礼仪来款待客人,上的第一道菜便是白水肉,在很长一段时间里,因为生活物资的贫乏,这也是餐桌上惟一的一道菜。

不得不吃的"哈力海"

到土族人家去做客,热情好客的土族主人还会以他们民族独特的食品"哈力海"来款待你。等你吃过了,好奇地向主人问起这美味可口的食品,除了白面清油外还用了什么原料时,主人的答复定会叫你大惊失色的:荨麻。提起荨麻,人们不禁会为它那满身灰白尖细的毒刺而毛骨悚然。那一簇簇散生于沟坡滩洼而蓬勃碧绿的植物,一旦人的皮肤不慎触到它,就会感到针刺一样,接着是火燎一样,随后一溜燎泡,奇痒难受。然而它确实是土族人宠爱的食物。

"哈力海"是土语荨麻卷饼的意思。"哈力海" 由荨麻拌汤和白面油饼组成。其作法是将生长至 五、六寸的嫩荨麻剪来洗净晒干揉搓为碎末(也 有的将新采的嫩荨麻用开水烫一烫后切碎),放 入开水锅中,加入少量青稞面搅拌为糊状煮熟, 调入适量的食盐、姜粉、花椒粉和油炝石葱花。另 用白面薄饼,饼的厚度如汤面条的厚度,直径五、 六寸。虽叫油饼,却不能炸,而是要烙。烙锅烧热 后涂上较多的清油,放入饼子,翻饼时再涂一次 油,将饼烙得黄而不焦,韧而不脆,呈金黄油亮的 色泽。现在流行的吃法是,先将荨麻拌汤舀在油 饼上摊成筷子厚的一层,再卷上土族人特有的面 肠、油肠、血肠或是"羊肉筏子"就可食用。其形如 圆筒,其色绿黄相间,其味鲜美异常。

土族吃牛、羊、猪、鸡、鸭肉及鸡、鸭蛋。原先是煮食为主,后来发展为炒、煎、焖、炸、烤。土族对肠子有以下几种做法:一是面肠,猪宰了以后,将大肠清洗干净,将豆面或青稞面、麦面炒熟,拌上荤油、少量的水和各种调料,装进肠子,煮熟后切片或切段食用。二是油肠,做法是将猪油和生面拌好后装进清洗好的猪大肠里,因为水分较少,这种油肠可以保存较长的时间。三是血肠,就是将猪的小肠、羊的大肠清洗干净,将猪或羊的血里面和上切碎的肺、脾及其他肉,加上较多的葱末和一定数量的调料,装进肠内,煮熟后切段食用。还有一种"羊肉筏子",做法是先将整块的漫肚油取下摊开,将瘦肉剁碎成饺子馅状平摊在漫肚油上卷起,外面用小肠密密缠裹,煮熟后切段食用,肥瘦相间,味美可口。

荨麻经日晒水煮之后,毒性尽去。没有了毒性的荨麻还有清热解毒,防痢止泻的功用。这是土族人爱吃"哈力海"的另一个原因。由于荨麻其茎叶有刺蜇人,所以许多人对它望而生畏,没有好感,因而对它的价值也就了解甚少了。国内外的科研成果证实,荨麻是很有经济价值的野生植物和农作物,可供纤维、食物、药物和优质饲料。荨麻的茎和叶,含有丰富的蛋白质、多种维生素、胡萝卜素及各种微量的磷、镁、铁、锌、锰、硅、硫、钙、钠、钻、铜和钛等元素。

荨麻全草可以人药,其味苦、辛,性温,有小毒。具有祛风定惊、消食通便之功效。主治风湿性关节炎、产后抽风、小儿惊风、小儿麻痹后遗症、高血压、消化不良、大便不通;外用治荨麻疹初起、蛇咬伤等。宋代《图经本草》早有记述。明代李时珍《本草纲目》说:"荨麻……其茎有刺,高二三尺,叶似花桑,或青或紫,背紫者入药。上有毛芒可畏,触人如蜂虿蜇蠢,以人溺濯之即解,搔投水中,能毒鱼。气味辛、苦、寒,有大毒。主治呕吐不止。蛇毒,捣涂之。风疹初起,以此点之,一夜皆失"。因此,土族人民把它视为珍宝。用荨麻捣碎外敷,治毒蛇咬伤和风湿性关节炎等症,相当有效。幼株的干叶是一些药剂不可缺少的成分,而且许多疾病的医治都离不开这些药物。

全聚德慰问沪上医护人员共迎猴年春节

农历小年,位于上海著名商业街淮海中路上的全聚德 烤鸭店与上海瑞金医院医护人员共迎猴年新春。

有着 109 年院史的瑞金医院是全国著名三级甲等医院,全聚德烤鸭店员工们在新春到来之际特意来到瑞金医院,亲切慰问长年累月辛勤工作在救死扶伤第一线的白衣天使。他们既送上祝福新年的春联、大礼包,又送上颇具传统特色的全聚德烤鸭,还邀请放弃回家过年的外地进修医生作客全聚德,围坐一堂团聚贺岁,其乐融融。

