



难得一尝的锁阳饼

祁连山北麓是一片狭长的天然山地牧场,在康乐乡巴音村牧民安文家,我被主人热情招待。丰盛的晚饭从白天就开始准备了,那羊肉,膻味极轻而羊脂香味浓,另一盘郁郁葱葱的沙葱,那沙葱生吃时,有一股辛辣味,但炒熟拌了醋,味道近似金针菇,又不似后者那般滑腻。

安文第二天带领我去挖难得一见的锁阳。锁阳是一种生长于巴丹吉林沙漠中的一种寄生植物,它依靠白刺、枸杞等植物的根系吸收营养。锁阳又名不老药、雪地人参等,潜藏在沙子下面的锁阳一年中多数时间都在生长,即使在零下 20 摄氏度的气温下,锁阳仍会保持顽强的生命力,由此有冬天锁阳生长之处不积雪、地不冻的说法,这也更为锁阳增添了几分神秘色彩。

在经过了一个上午的寻找后,在一条沟壑下面,三根锁阳安静地突破干土,任凭时光毫无知觉地淌过。安文老练地连铲带挖,不多时,三根锁阳就完全暴露在大家面前。锁阳挖出来,先要清理皮上的沙子,用刷子刷干净,然后开始削皮。削皮也是有讲究的,不能用铁器,用铁器削锁阳的颜色就变黑了,影响味道。削锁阳皮最好的工具是当地随地可取的红柳,最好是干掉的,把它一劈两半,最好在 一面能形成一个斜切面,似刀刃,拿这样的红柳木刀削锁阳皮最合适。安文切了一块递过来,我放进嘴里慢慢咀嚼,水分很足,但足量的涩感迫使我差点全吐出来,等我嚼完吐渣,整个口腔已经涩得没有感觉。

削掉了皮子的锁阳,用清水将上面残留的沙子冲洗干净,就可以烧水煮了。煮锁阳,最好切成小块,这样容易煮烂,水不要添太多,和面的时候方便。煮锁阳的火一定要用柴,沙枣树,梭梭,红柳的干枝条,还有牛粪等烧材,都是煮锁阳的好东西。烧火煮到锁阳都成烂泥状,水也耗得差不多了,起锅上案板,趁热将面粉及白糖掺进去和匀,再不需要加水,做成团形,擀成饼子待炸。油炸出来的锁阳饼呈深褐色,吃时绵软爽口,味道香甜,有壮阳生精、养肾固本、利尿通便、抗衰老等功效。有的人家还在熬煮锁阳时添加枸杞汁或枣汁,在揉面时佐以香豆粉或沙枣粉,那又是另一种风味了。

祁连山一带的乡村在婚嫁、娶亲、节庆时都有以锁阳为贵重礼品相赠的习俗,以表达锁住阳气,长盛不衰多子多福的美好心愿。当地村民都有一种习惯,每到“三九三”结队挖锁阳,民间有“三九三的锁阳赛人参”的民谣,充分反映了锁阳在当地人们心中的重要性,以及人们对锁阳的喜爱程度。

莆田也称兴化,是有“东方犹太人”之称的潮汕人的祖籍地,福建历史文化名城之一。来到莆田,当然要试一风味小吃之一“莆田卤面”。卤面是莆田款待亲朋好友的一道主菜,除此兴化炒米粉、炆肉、荔枝肉、海蛎煎、西天尾扁食、菜头饼、焖豆腐、生煎包等,都是莆田较为出名的美食……

莆田卤面的关键在于面筋、熬高汤和配料上。瘦肉、香菇、虾干、干贝、牡蛎、蛭、韭菜是必备的配料,正宗的莆田卤面还会加上红菇。

卤面之所以叫卤面,因为它是在文火中慢慢炖出来的,让高汤和

裕固食俗：远方的客人请你停下来

文/ 长城

“雪鸡子爱的是巍峨峻峭的雪山,黄鸭子爱的是碧波荡漾的海子,马驹子爱的是开满鲜花的草原,裕固人爱的是祁连山下的家园”,传统的裕固族歌谣唱出了裕固族人民对家园的热爱。我们走进中国唯一的裕固族聚居地——肃南裕固族自治县,体验裕固同胞独特的生活状态和饮食文化。

牛马粪烧出美食来

挖锁阳时,安文随身带着裕固人款待客人的主食:烧壳子。烧壳子又叫马粪烧馍馍或“波尔萨克”(裕固语)。它原本是生活在西北草原上的裕固族牧民在放牧时为了便于携带和储存而发明的一种方便食品。

把烧盒子这种食品和牛粪马粪这样紧密地联系起来,在那些没有到过或是根本不熟悉西北草原生活的人看来,多少还是有些令人费解的。到过草原的人都知道,马粪和牛粪可是个宝贝。在这里它们不仅是传统意义上的肥料,更是一种不可多得的燃料。由于草原上水草丰美,青草在牛马的胃肠中停留时间短,因而它们的粪便中就留有很多未消化尽的植物纤维。把它们晒干后,放到炉中极易燃烧,而且无烟无味,方便快捷。因而它们便成为草原上人们每天都离不开的好帮手。用马粪当柴十分好操作,划一根火柴就可以点燃。

烧盒子的做法其实很简单,就是把发酵好的面做成一个个类似面包的面团,然后把这些面团分别放到一个个特制的铁盒子中。这种铁盒子当地人叫它“鏊子”,圆形,生铁铸造,每个直径 20—25 厘米,厚约 7 厘米,分上下两半,有点像饼铛。发好的面团就放在中间。点燃马粪堆,待马粪将要燃尽时,将扣好的鏊子一个个埋入马粪的余火和灰烬中,再在上面撒上一层马粪末,等到 20—30 分钟后,撒在上面的干粪末燃烧完,就可以起锅,烧制出焦黄喷香、外焦里嫩的大馍馍来。由于烧盒子在制作上是利用燃烧后的马粪灰烬中的余火进行煨烤,在煨烤时上下温度适中,因而馍馍在鏊子中被烤制出大约半厘米厚个外壳。这外壳橙黄颜色,硬而酥脆,香而不焦,很适合年轻人的口味;硬壳里面洁白的面团被烤得蓬松发软,入口即化,有点像面包的味道,很受老年人的欢迎。烧盒子除了好吃外,还便于携带,并可以长久存放。

吃烧壳子的时候,用刀切成小块,可单独吃,也可喝酥油炒面茶的时候蘸着奶茶吃,也可出远门时带上作为干粮,可留存 3 至 5 天。如果要招待客人或逢喜庆节日,主妇可以提前几天做好“烧壳子”,作为席间主食。



娶媳妇要过宰羊关

安文告诉我们,勤劳淳朴的裕固族人民世居草原,游牧天下,独特的自然环境和特定的生产生活方式形成了其独具魅力而富有浓郁草原气息的饮食习俗。裕固族的婚俗中有“献全羊”的礼仪。订亲时由男方向女方献全羊,结婚时由女方向男方献全羊,既是父母给女儿的结婚礼物,也是对新婚夫妇最美好的祝福。

裕固族青年男女定婚事宜确定之后,女方家已经挑选好一只大羯羊拴在一边。这时姑娘的阿扎(父亲)就说:“今天是大好的日子,众位亲戚都为‘给字达尔’(丫头)的终身大事来了,女婿娃宰只羊,来亲戚们招待。”

女婿立即动手,把羊放翻捆好,在一净盆内放一把盐,从腰带上拔出腰刀,摸准羊脖子下刀部位,一刀刺入颈部,立即用盆子接羊血。把羊杀死之后,立即剥皮。先用净水洗手,羊要剥得整整齐齐,羊皮不准割破,羊肉不能带上皮毛。开膛后先取内脏,然后从羊后腿下刀,依关节把羊肉卸成小块,就是难卸的地方也只能用刀割,不能用斧劈。实际上,裕固族男青年自幼耳濡目染,对羊的各个关节了如指掌,再加上为了获得女方家的喜欢而一再操练,在人们看来难上加难的事,在他们看来实在是轻而易举。几分钟工夫,羊成了一块块的带骨肉。卸开的肉块下冷水锅里先煮,冷水里煮熟的肉色鲜、脆嫩。把胸腔里边靠近脊梁骨的两条里脊肉取出,剁成肉浆,肉浆内放好葱蒜调料。把肥肠取出洗净,将肉浆装入,做成肉香肠下锅煮。然后,把心肝肺剁成肉浆,放入羊血搅匀,拌入调料和适量炒面,把羊肚上的整块脂肪(裕固族叫蒙肚油)摊开卷入上述肉浆,用线把脂肪从外边缠住,放锅上蒸,这叫脂裹干。从宰羊到煮肉、做肉肠、脂裹干,这些事都要女婿完成,并要求做得干净利落。

肉煮好后,丈母娘要把整块的羊脖子肉端给女婿,女婿要在众人面前把羊脖子肉啃得精光。裕固族人讲:“有钱难买羊脖子,里里外外都是肉。”羊脖子是很难啃的,看着到处是肉,由于骨头连锁,很难下口。有经验的牧人,用腰刀把一个个骨关节卸开,用刀将骨头上的肉削下吃掉。这是考验女婿能否尊重牧羊人的劳动成果。一只羊从出生到长大,牧人经过几个春秋的精心放牧管理,这是非常不容易的,所以要求后代珍惜和尊重牧人的劳动成果。

莆田卤面：非吃不可

配料的味道渗透到面条里边,如此煮出来的面才有味道,汤是粘稠的。在讲究火候的同时,也讲究吃面的时间,一般来说,面出锅 3 至 5 分钟,就要开吃了,否则面糊了就没有了那种口感。

在莆田海家味酒楼,除了其招牌卤面值得一再推荐,当然还有其他地道美食是不容错过的,如:荔枝肉、炒海蛎、蟹蒸粉丝、干炸小黄瓜鱼、油煎鲈鱼、西芹炒鱿鱼、大白菜炖油豆腐汤、烧排骨煲、小汤圆甜点

等佳肴。

好不好吃啊?看团友们都吃得津津有味,一滴不剩,就算没有满分也有 80 分吧!我个人就爱上这里的荔枝肉、炒海蛎,还有那炸得香脆可口的小黄瓜鱼。若非懒惰挑选鱼骨,我想那盘应该不够我这爱鱼的小猫吃吧?

在莆田的晚餐,与过去几天的有点不一样,在烹调煮法和用料上非常适合重口味的我,难怪当晚吃得我停不住口。

15 道山珍海味里面,哪道最好吃?无辣不欢的我,首选“黄梁仔排”!仔排就是小排骨,取自动物背脊,肉仔排和骨头的比例相对较好,广受食客的青睐,仔排的做法多种多样,各地的风味造就了仔排不一样的吃法。黄梁则是一种粟米,原产中国北方,是古代黄河流域重要的粮食作物之一。“黄梁仔排”这道菜,味道甘香微辣,非常惹味,配饭吃或是佐酒,一样美味。

当然,在莆田怎可错过兴化米

粉?兴化米粉的特点在于条细而匀,色泽洁白,轻松晶莹,煮炒易熟,汤干均可,各具风味。莆田人对米粉的吃法,一般有汤米粉和炒米粉两种,即把米粉加入本地的荤或素的佐料(如猪肉、鸡肉、蛋、香菇、虾肉、冬笋、葱、韭菜、芥兰菜等),煮熟就行,鲜嫩味浓。

除了上述两道主推菜肴,其余的如:精美四凉碟、烧味双拼、白灼基围虾、糖醋鲈鱼、蟹炖冬瓜、东坡肉、花菜海蛎溜、茶树菇爽肉、德国咸猪手、清炖沙锅鱼汤、上汤时蔬等,道道都是美味佳肴,尽显厨师的用心烹调,吃得个个心满意足。 王祖远