

与高手面对面

教授的蟹文化

文 / 朱全弟

每年都要吃蟹，不以为然，随便吃吃。自从去年在松江三泖黄浦江大闸蟹产地，有幸与上海海洋大学王武教授一起吃蟹后，感觉自己不仅土，甚而掺有一点野蛮。蟹是吃的吗？不是，它应该是品的，品蟹才对，才不至于浪费和糟蹋人间这一美味。

本月12日，黄浦江大闸蟹开捕，又见王武教授，我坐在王武教授左边，看他一个步骤接一个步骤做示范，清清楚楚，没有什么不明白的。

蟹如何吃？且慢！先介绍一下王武教授的来头：农业部渔业科技入户首席专家、上海海洋大学教授，吃蟹的吃相很重要。看王武教授的吃法和示范，其实还有一种文化在。一蟹在手，辨别其壮与否？看脐背部是否鼓胀膨出，后盖凸显欲裂说明越肥。动手，先脱后脐，再揭盖，随后卸掉两螯，除蟹鳃，蟹身上两边白乎乎的絮状东西。紧接着，掰下一只蟹脚，用其尖尖的细爪去挑蟹身顶端的三角形的蟹胃，此物大寒，不能食之。这些功课做好，人也早已馋涎欲滴。还有一个动作，至关重要，就是用嘴咬破“中庭”，然后动手掰蟹一分为二，否则直接掰，蟹黄会飞溅到旁人身上，那真的是很尴尬了。

蟹已被肢解，吃什么？首先吃蟹黄和蟹膏，趁热吃，鲜美无比。一分为二的两段肉身吃完，紧接着吃蟹壳里的东西，冷了就不好吃，所以要抓紧吃。王武教授拆蟹壳里的肉，堪称经典。左手大拇指和食指顶住蟹壳两边，右手大拇指顶住蟹壳外面，用力推进去，肉与壳分离，这一绝招很妙，管用。

现在，我们许多人都是先掰蟹脚吃，留着最后吃蟹黄蟹膏和蟹盖里的肉。这似乎是贫穷年代遗留下来的“做人家”吃法，但实在错过了吃蟹辰光。

蟹即体无完肤，悬念全无，可是，王武教授下面还有一招又一招，令人叹服。蟹壳的屁股后面吧，他用蟹脚耐心地挑开，又露出一块黑黑的东西来，把它置于蟹背之上，王武教授说它是“法海”，并称传说中的“法海”和尚因被追捕逃到西湖，看见大闸蟹满地乱爬，心想何不附着在此物身上，结果进去了出不来，就这样了。有人吃蟹，快完了，王武教授关于怎样吃蟹的话题还没说完。最后一招，绝无仅有，从小生活在阳澄湖畔的他把一只蟹肢解后做成蝴蝶结状，粘在墙上，还不掉下来。“法海”是传说，而蝴蝶结则是真的。小时候，有钱人家就是做蝴蝶结粘在黑漆漆的大门上，谁家的多，就说明谁家富。王教授说，我家也有不少蝴蝶结，不过，现在失传了，没人再弄这种雕虫小技了。

黄浦江大闸蟹“掌门人”、上海鱼跃水产合作社总经理朗月林听了，大为赞叹，但是学不来，胡乱吃完了蟹。我戏称其“养蟹是国家队，吃蟹是生产队”，众皆大笑之。但是，王武教授却嘱其一定要挖掘蟹文化，因为这里面太有道理了。王教授说，在青浦的崧泽文化和良渚文化都挖掘出蟹壳。广富林遗址挖出了稻谷的遗痕，那就去找找看，广富林应该有蟹的痕迹。人类的祖先是先吃蟹再种稻的。现在如此，远古尤甚。松江三泖水草丰茂鱼鳖渊薮之地，黄浦江大闸蟹一定有其更久远的历史，于今恢复养殖，可以让人大快朵颐。但是，还有一种蟹文化，也亟待恢复。



老饕论道

荷仙菇

文 / 江礼阳

突如其来的眼疾将老汉击倒在床。昏昏欲睡之中忽然接到一个电话，小帅在那头帅气冲天地问：“娘舅，侬吃过荷仙菇吗？”我答：“既没吃过，不过晓得肯定不是八仙中唯一的美眉。我晓得伊味道那气鲜，价钿吓煞人！”“喔哟，娘舅结棍格！”电话那头，小帅一定跷起了大拇指，“我现在刚到北京。过两天回上海，快递一点拨侬吃吃看。”

小帅就是大厨帅晓剑，曾做过很多大酒店的总厨。如今在做“行走的美味”电视节目，天南海北到处跑，我叫他“落帽风”。也许是有缘吧，他唤老汉为“娘舅”，见到咱家老太，会热络地尊一声“舅妈”。

这“两天”，有四五天吧，我收到一箱荷仙菇，是从奉贤寄来的，寄件人是宋文荣。打开钙塑箱，四小盒荷仙菇用冰袋保鲜。我打开一盒，另三盒连冰袋放入冰箱保鲜格。那荷仙菇犹如一朵朵白牡丹。三两下扯碎，投入开水中一行就取出，用虾籽酱油和醋一拌，啊呀，真是鲜得眉毛落脱哉！放假在家的儿子和孙女你一筷我一筷，一下将一小盘荷仙菇吃个精光。

第二天下午在家做汽锅鸡，本来要放一点点云腿和鸡枞菌，现在决定以荷仙菇取代鸡枞菌。等鸡蒸好后熄火，晾一会后将荷仙菇碎撒于其上。等大家回家吃饭时，汽锅鸡上桌，媳妇首先说：“哪能介香？”等到夹一筷荷仙菇入口，便不忍停手了，一家五口，那四位争吃荷仙菇，而老汉只尝了一小口，感到比简单的凉拌更好吃，虽则有一点油津津。

第三天我一人在家，煮好简单的午餐正准备下箸，并考虑如何“消费”剩下两盒荷仙菇。“落帽风”忽然刮到老汉门口，一把扯住我往外拖。我说：“我正要吃中饭呢，这几天眼不好，不出去吃饭。”小帅说：“好不容易空半天，赶紧做两个菜给您尝尝。回头送您回来，再吃中饭不晚。”汽车开到五角场附近大学路，在一家干干净净的小餐馆门口停下，往里走，一张小桌旁坐着一位年轻人，小帅匆忙介绍：“这就是宋文荣先生。你们先谈，我去厨房。”

宋先生告诉我，荷仙菇是世上唯一的“阳光蘑菇”，有特强的生命力。荷仙菇不在腐朽的阔叶林树干上生长，它所选择的是长期活着的落叶林。上世纪日本登山爱好者在一场野外登山中发生意外，被困在山中数十天赖以生存且伤口快速愈合，带回后经科学家研究，才进入人们的视线，并进一步得到栽培。其活性多糖体的含量，为灵芝3—4倍。

正说着话，小帅第一个菜“茄汁养生荷仙菇”上桌了，生的荷仙菇星星点点在番茄汁中漂荡。味道香、鲜，非常可口。喝了两口，第二个菜又上桌，那是“风生水起荷仙菇”，那是用生抽、米醋、冰糖水、酸梅汁、芥末等调成捞汁，将白菜丝和荷仙菇碎放入，烫两分钟即可。这好像有点“粤味”了。开胃汤喝了，前菜也吃了，这时上了点心“翠皮荷仙菇煎饺”，小帅说，那是用菠菜汁和面粉制成的饺子皮，而用少许肥肉碎、荷仙菇碎、京葱碎，加少许生抽、麻油、鸡蛋调成馅，包成饺子后，煮至八成热，单面煎即可。嗨！真是色、香、味俱全。看着吃了几口的三个荷仙菇菜，我说：“赶紧送我回去，3个菜打包，晚上给孩子们吃。”

一路上，我已想好剩下2盒荷仙菇的做法：明天是周六，孩子们在家。一早起来，将小浦东送我的野生香菇；杨漪送我的羊肚菌；还有大侠送我的松茸各取一小撮，发好，分别余煮好，再加上外甥女送来的有机蔬菜，紫甘蓝切丝，小红萝卜切片，还有孙峰送来的西班牙火腿，用油醋汁拌好，上桌再撒上生鲜的荷仙菇。那味道，想一想都会流口水。其正名嘛，可以叫“西班牙火腿蔬菜珍菌色拉”。但因为是众人相助而成，倒也可以有一个谥名，取自《红楼梦》中一个不大小人物的名字——“赖大家的”。

吃出一朵昙花

到哪儿都喝一杯

文 / 公输于兰
图 / 王震坤

在墨尔本，到哪儿都能喝上一杯的，不是酒，而是咖啡。一早6点赶火车，你不一定能买到可乐、面包，但一定能够喝到咖啡。夜里别的商店都关张了，但一些咖啡店却还开着。真不负澳洲咖啡之都的名头，在墨尔本，咖啡比茶水普及，比可乐易得。进到餐厅，你说要一杯热茶，白开水也行，回答总是没有。侍者只会上一瓶凉水，自己看着用吧。若要一杯咖啡，那一定能够满足你，即使一间开在商场过道的两尺快餐档，服务生也会细询是要摩卡、卡布基诺，还是意式浓缩？逛街或去市场买菜和水果，渴了，想找瓶可乐，往往得先找到超市，再进到最里面的货架去拿。若想喝杯咖啡，那么就简单了，凡是有卖吃的地方，一般都能take away一杯咖啡。

墨尔本就是个能够充分满足你喝咖啡欲望的城市。在这里，可以喝到咖啡的店星罗棋布，成千上万。有专门的咖啡店，也有带出售咖啡的餐厅和快餐店。但无论在哪家店，一杯容量相同、品种等级差不多的咖啡，价格不相上下，中位价(中杯)一般是4.5澳元，小杯3.5澳元，大杯6.5澳元。在装修豪华的酒店或者咖啡馆坐堂享用，顶多也就大杯的消费。有的店若咖啡产地好，等级高，也就贵上那么一两块澳元，以墨尔本当地收入关照这杯咖啡的价格，真是非常有良心了，



异域美食

新加坡的“中国味道”

作为“大排档”爱好者，来到新加坡街头大排档寻美食，竟尝到了许多“中国味道”。“海南鸡饭”店铺外，人们排起长队等待品尝美食。海南鸡饭发明地在海南，移居新加坡又有什么新意呢？原来，这里的海南鸡饭，是将煮熟的整鸡放入冰水中冰镇，使鸡皮与鸡肉之间产生一层透明的凝脂，肉质更细嫩，鸡皮更有弹性，可减少油腻度。将浸泡好的鸡拎出控水，切块装盘。再将炒锅加热炼鸡油，倒入蒜末，放入米饭，翻炒出香味即可。

而鸡汤是清清爽爽，看不到油腻的鸡油。“福建虾面”已有几十年历史，生意依然红火。制作福建虾面也有讲究：选用最新鲜的大个海虾，放入15个鸡蛋一起炒，炉火也有讲究，须用木炭。接下来是关键，把福建面与米粉放入锅中翻炒，最后倒入豆芽、鱿鱼、肥肉、上汤大火翻炒，收汁起锅。这样，一道热气腾腾地道的“福建虾面”就上桌了。据说，一碗可以装30盘。尝了之后，不得不感叹，最好吃的美食无法用语言来形容。

文 / 张帮俊

2014 中国上海第三届优质畜禽产品采购交易会

时间:2014年10月31日—11月2日,地点:上海世贸商城(兴义路99号)

柏万青率领志愿者亲临现场助阵百鸡宴

第三届中国上海优质畜禽产品采购交易会展出面积5000平方米，参加企业都是来自全国各地优质畜禽龙头企业，展出产品均有养殖基地，产品信息可追溯，产品是生态的，安全的！参展企业有上海旺园、上海圣华、温氏集团、雏鹰农牧、众品集团、爱森集团、松林肉食、恭港肉食、明珠湖等，汇集畜禽产品之精品。展会现场有抽奖和免费品尝活动，3000多份礼品及500张优惠券发放。土鸡、土鸭、土猪肉等你来选。

观展会，品“百鸡宴”，拿礼品，抽大奖，精彩不容错过！展会期间（11月1日上午9:00—11:30）举行“旺园杯”百鸡宴民间烹饪技艺友谊赛，评选民间厨艺达人！！详细信息可进入优质畜禽展官网了解：http://www.youzhiqin.com/ 地铁2号线 娄山关路站，4号出口大巴车接送（10月31日，11月1日上午9点—11点，下午13点—15点，逢正点、半点发车）。

