

悠悠食事

关于鲥鱼的文学作品或趣闻轶事,看过的人不少,有些人说起来可能头头是道:苏东坡描写鲥鱼的诗“芽姜紫醋炙鲥鱼,雪碗擎来二尺余。南有桃花春气在,此中风味胜莼鲈。”让人产生无限想象,以至于口水连连;张爱玲说过,人生有三恨:一恨鲥鱼多刺,二恨海棠无香,三恨《红楼梦》没写完。其实,张爱玲这里说的恨,更多的是爱,是一种都市小资女人的“发嗲”,因为人人都知道,世上没有十全十美的东西。当然,关于长江鲥鱼,民间还有个流传得更广泛更久远的故事,就是婆婆用如何做鲥鱼考三个媳妇的故事:大媳,去鳞做鱼;二媳,连鳞同蒸;三媳最聪明,去鳞将其用纱布包好,挂在锅盖下,蒸鱼时,布包里鳞油滴滴入鱼,味美且吃来方便。

然而,现在的80后、90后、00后,吃过鲥鱼的不在少数,但吃过长江鲥鱼的,恐怕基本没有了,因为长江鲥鱼早就绝迹了。据资料统计,1974年,长江鲥鱼年产量曾达157.5万公斤,80年代后逐年下降,1986年降至1.2万公斤,1996年,有关部门在鲥鱼栖息的峡江试捕一个月,毫无所获,在鄱阳湖口进行幼鲥鱼监测,也难免觅踪;1996年开始在鄱阳湖历时三年的捕捞仍然是一无所获。江苏、安徽江段也已多年未发现鲥鱼。2014年7月16日的《扬州晚报》更直接以《瓜洲渔民50年见证鲥鱼灭绝》为题,探索了鲥鱼绝迹的原因。

最近,因工作原因,认识了上海滩上有“鲥鱼大王”之称的徐福林先生。徐先生是上海浙江水产商会的副会长,40%以上鲥鱼是通过他的福林水产行流向上海市场的。对于鲥鱼,他如数家珍,侃侃而谈。

徐先生对长江鲥鱼的了解,可以追溯到上世纪70年代末80年代初。那时,徐先生在长江的货轮上工作,长江上捕鱼的渔民缺少船用柴油,常常会用捕到的长江鲥鱼换柴油,于是,徐先生他们免费饱餐美味长江鲥鱼,而渔民则免费获得了有钱也难以买到的柴油。类似损害国家、集体利益的“双赢”行为,在当时很流行。

要知道,吃长江鲥鱼,就是在当时也是件非常奢侈的事情,据中国共产党新闻网所载《专职厨师程汝明谈江青》一文,从1961年到1976年,连头搭尾,程汝明为江青做了16年的专职厨师,其间为江青做她喜欢吃的烤鲥鱼。程说,那时的鲥鱼就要一千多元一斤啊!这个价格,估计是程汝明记忆有误,绝对没有那么贵,根据江苏扬中市档案馆的资料,上世纪70年代扬中市鲥鱼的价格在近一元钱一斤,对现在的人来说,一元钱微不足道,不小心掉地上也懒得弯腰去捡,然而,在很多日用品以分、角计价的年代,一元钱可不是一个小数,加上鲥鱼保鲜不易,销售大都以就近为主,而当地的消费水平比较低,买鲥鱼,绝对是件很奢侈的事情。

柴油换鲥鱼的经历,给徐先生留下了很深的印象,以致他下海经商做水产生意后,就想到了鲥鱼。然而,“此情可待成追忆”,长江鲥鱼的美味只留在深深的记忆中不可再得,同为鲥鱼的缅甸产品进入他的视线。

现在国内市场上的鲥鱼,绝大多数是进口的,国内还没有形成商业化的规模养殖,即使少量养殖成功了,品质也差强人意。进口的鲥鱼中,主要来自缅甸,也有孟加拉、巴基斯坦、印度,少数有美国的。就品质而言,从产地区分,缅甸的最好,孟加拉的次之,巴基斯坦、印度的更次,这是因为缅甸水利资源丰富,水利资源占东盟国家水利资源总量的40%,伊洛瓦底江、钦敦江、萨尔温江、锡唐江四大水系纵贯南北,进入海湾,水利生态系统类似长江和东海;从大小分,越大的鲥鱼品质越好,味道也越肥美。

由于大量的进口,压低了鲥鱼的市场价格,同时,2012年底中央颁布了关于改进作风、密切联系群众的“八项规定”,有关抑制公款消费、反对铺张浪费的“组合拳”也接连发力,多重因素共同作用,鲥鱼价格一路走低。国内的经销商联合国外的捕捞公司和加工商,开发出方便烹饪的满足国人各种口味的半成品,而且价格低廉,以致“旧时王谢盘中鱼”进入寻常百姓家,于是,长江鲥鱼的鲜美,不再是年长者遥远的记忆。

鲥鱼,承载着厚重的历史;鲥鱼,记录了自然生态的退化;鲥鱼,透视出人类的贪婪。随着长江生态的改善,随着鲥鱼养殖技术的进步,随着政府长江放养鲥鱼苗力度的加大,真正的长江鲥鱼也终将成群结队回归。



吃出一朵春花

菜尖之美

文 / 公输于兰
图 / 王震坤

在菜市场,这种小小的、细细的、带着一簇花蕾的菜尖跟那些粗壮的、一把一把整齐地扎在一起的粗壮的菜尖不一样,大都凌乱地放在袋袋里,看上去比较干燥。买回家得先在清水里浸泡十到二十分钟,如果采摘的时间比较近,一般不超过二十四小时的话,叶子几乎还带着白白的茸毛,连水都无法完全吃透。浸泡过后,菜尖变得水灵灵起来,立体起来,仿佛插到泥土里,或者养在水里,就能生了根,存活下去。

小时候根本分不清一般的青菜与菜尖的区别,觉得都是青菜。直到自己必须买菜做菜的时候,才发现菜尖与一般青菜的差别是很大的。每年的冬末春初,青菜长长老,在青菜芯中,就会长出可供食用的花薹和花蕾,广东人将这花薹和花蕾称为菜心,江南一带,我们称之为菜尖。相对于菜心,菜尖的叫法似乎更妥帖,形象地描述了这菜薹和菜蕾的独特之处,它是植物株型的尖端,也是一棵菜长到老壮萌出新枝即将开花结籽的精华部分。从食用的口感来说,此时冬天霜打过的青菜已老,无论菜叶还是菜梗,都老到起茎脱皮,唯汲取全部精华的菜尖鲜美异常。

一年中最早采收上市的叫腊菜尖或冬菜尖,每年的十二月至一月上市。腊菜尖一



独门功夫

我家的营养早餐

文 / 徐林

我家三人用餐,每天早上先掏两勺子白木耳糊与豆浆麦片煮开后,放牛奶、白煮蛋,再盛在芝麻粉里,热气腾腾满满一大碗。每人烤两块胡萝卜素切片面包,或者你自己喜欢的食用糕点。早餐有汤有水,甜滋滋香喷喷,真好。

几十年下来,我们觉得这样的早餐方便、省事、实惠又富有营养。因为这些东西不是买现成的,就是预先煮好的,都可一定时间内存放在冰箱里。每天要不了20来分钟,全家的一顿早餐即可搞定,而且划算下来,也只有十来块钱,与当前其他早点相比,也是便宜的。当然,主要在于营养丰富。

民间俚语说,“早餐要好吃皇帝”,就是说早饭要吃得特别好。早上有营养了,全天自然就精神充沛。你想白木耳糊里那么多东西,有补气补肾,润肺顺肠利尿通大便,甚至还会养颜润肤,而黑芝麻补肾护发人人皆知。我本脱发厉害,现不但不落发而且有的白发也变黑了。有朋友和我开玩笑,说我返老还童啦!

因为是自己制作,你还尽可根据自己情况以及不同季节,对所用食材进行添加删除,十分方便,如盛夏季节,增加莲心百合绿豆薏香,吃在肚里凉飕飕,非常舒心的。

美味大看台

文 / 戴一鸣

寿喜烧

最近出租车上的移动视频一直在播放短片“一人食”,这次介绍一位单身族独自在家享受寿喜烧的画面,看得让人馋涎欲滴。

寿喜烧又称日式牛肉锅,影片中的做法很简单,先在烧热的锅中撒些白糖,放入牛肉煎煮两下即可,把煎熟的牛肉放入事先打好的生鸡蛋液作为酱料蘸着即食。入口的牛肉配合生鸡蛋液顿时成了即化的美味。随后再把牛肉推到一边,倒入酱汁(酒、日本酱油、少许水)放入香菇、金针菇、豆腐、大葱、茼蒿丝,再在中间放一把蓬蒿菜,盖上锅盖焖一会儿,开锅就可享用。

一人食时来一份寿喜烧再配上一碗白饭,果真实惠得不得了,牛肉滑嫩多汁,蔬菜新鲜爽口,营养与美味兼备。

无条件免费发放福利物资通知

目前我国正处于老龄化发展阶段,老年人口逐年递增,健康也便成为了社会极为关注的话题,俗话说“病从口入”,为普及健康知识,合理膳食,此次由吉翔堂生物科技有限公司上海分公司为上海消费者无条件免费发放一张健康食谱、一个富硒碗,让大家的健康从饮食做起,从点滴做起。该活动也算作是年后给大家的一份福利,为老人做点小贡献。后期还会有不同的免费福利物资无条件发放,请大家定期关注,此活动是关爱活动,是企业品牌推广。

发放对象:本市居民年满60周岁以上。

领取报名电话:021-61841481 61555537(徐汇、闵行、黄浦、浦东、长宁、静安);021-60346400 60346411(普陀、闸北、虹口、杨浦、宝山)

自贸区进口商品直销中心入驻南方商圈莲花广场

中国首家获得中国自贸区联合会授权的自贸区进口商品直销中心——东品西食,4月18日落户南方商圈的莲花国际广场。这也是上海首家西南核心商圈大型进口商品直销中心。

“东品西食”品牌全新打造的直销中心从进货渠道上更是严格把关,在全球范围内,从最有信用的厂商中精挑细选丰富多样的最优质的商品,组合成诸多产品系列,提供给广大市民。

由于与上海乃至全国最有实力的进口食品供应商、世界各地食品协会和贸促会,以及食品原产地的农场主、各国食品公司总裁都有非常紧密的合作关系,促成了每周有更多商品做到最低价。

与普通超市不同的是,“东品西食”品牌提出社区体验式服务中心概念,进口食材可现场加工享用,是直销中心的一大亮点。

此外,直销中心也会成立会员俱乐部,免费定期面向市民会员推出烹饪大师班,不时邀请中国乃至世界各地的名厨和美食家来到这里,现场向大家展示优质食材的烹饪方式。