

# 家乡的地菜香

食神会

文 / 程道炳

仲春时节，父亲从乡下捎来一篮黄地菜，给我尝尝鲜，解解馋。

我看到那又鲜又嫩的黄地菜，就像回到了家乡，那田野里，一团团、一簇簇、一棵棵黄地菜，冲出片片嫩绿的枝叶，枝叶间开出小米粒般的淡黄色或金黄色的小花朵。小时候，我常与母亲一道，来到田头地边挖黄地菜带回家，母亲摘洗干净，用开水泡上一两天，消除苦味，就蘸着酱吃；有时候，母亲就将黄地菜切碎，同小麦粉掺和在一起，做成菜粑粑吃；有时候，母亲将黄地菜切碎，抓上一撮米，或一把小麦粉，煮成菜粥，或菜糊糊吃。这些糠菜粮，日日吃，月月吃，我始终吃不厌。一次我拉痢，又发烧，母亲特地做了一碗油煎地菜饼，我喜闻一股清香扑鼻，一口气吃了下去，果然那病两三天就好了。母亲说吃黄地菜肚子饱，不伤人，而且清热、解毒、降压、提神，有助于身体健康。

长大后，日子好了，大米白面，鱼肉不离。荤菜吃多了，就思念黄地菜，总有一根情丝和黄地菜联系在一起。参加工作后，在政府机关居住。每当春天，我总要引着孩子到机关大院外两三里地的渠道港边，挖回一两篮黄地菜，饱吃一两餐，一来解解嘴馋，

二来教育子女“忆苦思甜”。一日休息，我在机关大院内散步，偶然机会，意外地发现大院围墙边，沟边一棵挨一棵的黄地菜，长得生机勃勃，逗人喜爱。从此，每当口馋，想念黄地菜时，我就提着篮子，拿上小锄头，到院内墙边，沟边挖黄地菜，心里总有说不出的愉快。每次吃上黄地菜，总觉得是精神上享受，人生一大清福。总觉得黄地菜，一生别无他求，它已己之躯，饱人之腹，解人之难，取人之悦，真正做到了鞠躬尽瘁，死而后已。因而每次吃上黄地菜就从思想上得到了净化，感情上得到了升华。

自从搬进城市繁华的闹市区居住，一天到晚只有那人声喧哗，机器轰鸣，再也看不到那绿色的田野，晚上连做梦也在吃飘香的黄地菜。父亲捎来一篮黄地菜，我如饥似渴，连忙摘洗干净，妻子拿起洗净的黄地菜，放进烧热的锅内，油锅里“滋滋”炸开，撒上糖，用筷子搅拌两三个回合，然后铲起来盛在盘中，甜香扑鼻。妻子称这道菜叫“苦尽甜来”。我拿起筷子，吃了一口，又酥又香，朗朗爽口，真是先苦后甜，甜中有苦，苦中有甜。我轻轻咀嚼，细细回味，心里却是甜甜的，美美的。



地方风味

## 鸿运当头

文 / 翁俊安

鸿运当头！这道既健康养生美味又富吉祥喜庆意义的大菜，源于湖南名菜剁椒鱼头。据说此菜改良与起名，竟是江南一厨家厨房里的厨娘。

这厨家的厨娘聪慧，爱食藏匿在红艳碎花般碎椒里的鱼头，可又畏辣，于是将湘辣子改换成辣椒素成分低的大红柿子椒，为保持湖南菜的风味，江南菜的口感，又适量放点湖南腊八豆，佐以江南冻豆腐合蒸，因菜色红润，主料鱼头，便随意取名“红润发头”，后来，这做法让厨家拿到外界发扬光大去了，改名“鸿运当头”。

花鲢（鲢鱼）头一个，洗净劈开用少量黄酒精盐略作腌渍；大盘一只，冻豆腐切块码底，主要让鱼头饱满高贵不塌且又吸取因水蒸而产生的多余鱼鲜汁；锅内热油，放姜蒜末和红柿子椒碎了，煸香冷后调好味，用适量生粉勾成稠芡料，均匀涂抹覆盖在鱼头上。锅内水烧开，将大盘鱼头放在蒸架上，盖盖，武火蒸10分钟后转文火续蒸5分钟，取出，撒小香葱即可。

厨娘做的“鸿运当头”，没有酒店

里细腻烦琐，也无需什么特殊的配料，只是普通葱姜蒜、红柿子椒、豆腐等家常调味料，却把色、香、味、形搭配得恰到好处，犹如独具匠心的艺人，赏心悦目中有着垂涎欲滴的感觉。在火候上，先武后文，把握得当。蒸，本身是一种阴阳调和的辩证哲学，道理很简单，即水火不容；但蒸这一过程却是水借着火的温度征服了食物，让人的味蕾在感觉美味同时也悟出点外儒内法的道理，这是食之任意境；在这武火和文火的相替中，辅料汇聚了主料鲜味，主料又吸附了辅料真味，阴阳相和，既有淮扬名菜拆烩鲢鱼头肥口鲜美之味，也有湘菜剁椒鱼头肉嫩醇厚质感，这是食之味道。

菜色红润夺目，鱼头滑嫩柔美的“鸿运当头”，以其肉嫩味鲜和红椒甘润为一体，风味别具，鲜而不辣；而这道菜真正的味道是吸附了人们过年企盼好运吉祥心理，迎合了对来年生活红红火火的一种期盼，成为春节筵席餐桌上的一道特别大菜，既是人们在喜庆节日里向往吉祥观念的一种实体表现，也体现了中国百姓在饮食生活中为求得精神享受而表现出的一种乐观态度。

家庭菜谱

## 节日菜谱

凉菜

### 【玫瑰翠叶】

芹菜叶摘洗干净，过水焯一下，放入清水中拔凉后沥干，玫瑰先用清水加盐水泡15-20分钟，洗净后，焯水备用。将芹菜叶与玫瑰花放在一个大碗中，把蒜汁、白糖、白醋放入拌匀后，最后加盐调味即可。

### 【辣卤白灵菇】

白灵菇洗净，切大片，胡萝卜切片、香菜洗净备用。锅中放清水、姜、葱烧开后，倒入黄酒，把白灵菇片放入煮熟，将白灵菇片捞出，沥干水分，放入辣糟卤中浸泡30分钟，浸泡入味的白灵菇片码入碟中，以胡萝卜和香菜围边即可。

### 【牛奶西兰花】

西兰花切成小块，放入沸水煮1分钟，捞起放入凉水里。火腿切成丝，西红柿切小块。牛奶倒入锅里，加入火腿，烧开后倒入西兰花、西红柿，加盐，煮2分钟就可以了。



### 【上汤娃娃菜】

娃娃菜掰开，煮一锅开水，加入少许生油，少许食盐，把菜放进去煮。菜变软的时候可以把香菇也扔进去煮一下，娃娃菜煮熟后捞起装盘备用。把香菇、胡萝卜分别切碎，打好芡汁。热锅将芡汁倒入煮开，再将香菇粒和胡萝卜粒倒入，小火，轻轻翻炒，看到芡汁越来越稠的时候，将蛋清倒入，迅速划散，关火即可。

### 【金粟伴香虾】

虾剪去脚及须，把虾头剪下，去虾肠及虾壳，虾头及虾仁分别抹干，备用。锅中注入适量的水，加入盐及糖煮滚，加入粟米粒煮熟，取出，沥去水分，排在碟的中央。虾仁以大滚水灼熟，见虾弯曲及转粉红色，即可取出，沥干水分。锅中放入2汤匙油烧热，把虾仁放入，加入生抽炒匀，放酒，即可取出，摆放在粟米的旁边。锅中放入1汤匙油烧热，加入少许牛油及蒜蓉，即加入虾头，炒至虾头转红色，放酒，加盐调味，即可上碟，摆放在于粟米的另一边，即可上碟。

### 【软炸子鸡】

去骨嫩鸡肉，鸡皮朝下用刀背拍平，再交叉斩断几下，切成边长1.3厘米的菱角块，放入碗内，加绍酒。葱白末、姜汁水、酱油、胡椒粉、精盐、味精拌渍片刻，磕入鸡蛋搅打，加湿淀粉和面粉搅匀待用。炒锅烧热，用油滑锅后下猪油至五成热时把鸡逐块下锅，炸至壳亮捞出，分开粘连，拣出碎末，待油温升至七成热时，再下锅炸至金黄色出锅装盘，上桌附带甜面酱、花椒盐。

### 【菊花鱼】

将草鱼一条宰杀洗净，取两片净鱼肉切成4厘米见方的鱼块，皮朝下，用直刀刻成十字花刀放在碗内，加入味精、绍酒、精盐、姜汁水拌匀，腌渍10分钟，然后取出鱼块拍上干淀粉待用。取小碗一只，放入白糖、番茄酱、醋和湿淀

粉调成芡汁待用。将炒锅置旺火上，放熟油，烧至七成热时，将鱼块抖去余粉落锅炸后捞起，待油温回升后复炸，起锅装盘。原锅留底油放入姜末、蒜泥煸出香味倒入芡汁烧沸后，淋明油浇在菊花鱼上即成。

### 【番茄牛肉】

牛肉切成片，放在碗内，加精盐、绍酒、姜片、葱段拌匀，腌渍约半小时，拣去葱、姜。干辣椒切成2.5厘米长的段。番茄改成2厘米的小片。炒锅上火，舀入菜油烧至七成热，放入牛肉片炸至棕褐色，捞出沥油。锅内留油烧至四成热，下干辣椒、花椒炒香成棕红色，下番茄炒出香味，加入鲜汤，放入牛肉、精盐、酱油烧沸，用旺火收稠卤汁，加入酒酿、白糖、味精、麻油即可。

### 【嫩姜子鸭片】

把鸭肉切成薄片，加绍酒克和精盐，蛋清打匀，再加湿淀粉上浆待用。香菇批片。把酱油、味精和绍酒、湿淀粉放入碗中调成芡汁待用。炒锅置中火上烧热，下猪油至四成热时，放入鸭片划散，至成熟。倒入油，放入葱段，姜片略煸，下鸭片炒匀。即将调好的芡汁加白汤搅匀倒入锅内，翻炒均匀，淋入芝麻油，出锅装盘即成。

### 【菠菜丸子汤】

猪肉馅加入料酒、盐、味精和少量清水调散，放入少许玉米粉、姜葱末拌匀，菠菜洗净待用。锅置旺火上，加水适量，烧开，用手将肉馅挤成丸子，依次放入锅中，待其煮熟时，把菠菜和味精、盐、胡椒粉放入，烧开即可。

