

# 陆稿荐五香酱肉

本人属兔理应多吃素,但我受喜欢吃肉的父亲影响,自幼贪食猪肉,从前爱吃老上海红烧肉、砂锅竹笋腌鲜、红烧狮子头。熟食呢,对于“文革”前记忆中的淮海中路某家熟食店里卖的白切猪肉、重庆北路杜六房酱汁肉、老半斋镇江肴肉特别感兴趣。还有此生不能忘怀的苏州陆稿荐五香酱肉,那特殊香味实在是太吸引人了……有时突然想吃,竟然会一个人买张火车票直奔苏州观前街东口的陆稿荐带一大包五香酱肉回上海享用。有人要问:陆稿荐五香酱肉和老上海杜六房酱汁肉色泽、滋味是一样的吗?答曰:“酱汁肉皮色殷红像玫瑰,入口嘴甜鲜口;五香酱肉若贵妃肤色美玉,尝之肉糯滑润,香浓肥而芬馥,百吃不厌。”苏州“陆稿荐”熟肉铺主要是以五香酱肉、蜜汁酱鸭出名,还有酱汁肉、猪头肉、百页包肉,苏式叉烧味道也不错。我听外婆讲,苏州百年老店“陆稿荐”原先是专营生、熟肉的普通肉铺,有一年农历四月十四,苏州人“轧神仙”的日子,陆家肉铺来了一位衣衫褴褛的乞丐,背着条破草席(稿荐),手托破碗,乞求在陆家借宿,陆老板看他可怜,让他在灶前休息,并用肉汤煮了泡饭给他吃。乞丐后留宿近半个月,留下破席,伙计顺手把草席塞入灶内,灶头上立刻香味四溢,老板心想莫非遇到仙人?锅里飘出煮肉异香,弥漫街头,邻居纷纷来问,“徐今朝点肉为啥这样香?”陆老板笑着说:“倪店碰着仔仙人吕纯阳哉!”后将肉店改名为“陆稿荐”,名振江南……

摘一段苏州地方志关于陆稿荐的记载:“陆稿荐熟肉店坐落在苏州观前街东首醋坊桥堍,创建于清康熙二年,距今已有三百多年,是目前苏州历史最为悠久的熟肉店。民国年间苏州肉业中以陆稿荐为著名的店铺近二十家,只有大房陆稿荐所制熟肉、卤菜最为得法。”

民国年间江浙一带叫陆稿荐的熟肉店很多,喜欢寻味老上海美食的我,从1948年的上海地图上查出旧时沪上山东路、广西路、福州路、浙江路一带竟有陆稿荐肉铺近十家,有陆稿荐、有记陆稿荐、老陆稿荐、真陆稿荐、宝记陆稿荐等等。南市城隍庙一带也有和记陆稿

荐、陆稿荐肉庄、陆稿荐等多家同名的肉店,可见当年老上海人喜欢品尝苏州陆稿荐酱肉、熟食其热情程度远远超过现在的肯德基!

但是,我听沪上名印家李唯兄说“陆稿荐”三字,旧时在上海城内也是一句市井骂人的话,骂人“陆稿荐”乃是“猪罗”也。

我听老上海苏州人郑逸梅先生讲,喜欢吃肉也是他长寿的秘诀之一。年轻时郑逸梅爱吃观前街陆稿荐五香酱肉,冬天气院下雪,煮一碗肉汤面条,放一撮姜丝,面上的浇头就用五香酱肉,那酱肉经滚滚烫的面一焐,诱人的香气缓缓飘出,使人食欲大振,再看那一大块酱肉,慢慢地显出浅浅粉红色,变得微微半透明,夹起,轻轻地交上一口,香鲜、糯软,那肉皮肥肉入口马上融化,释放出的鲜味,满口香酥,滋润着舌间味蕾神经——哎呀,好吃得不得了!旧时苏州陆稿荐煮肉肉猪品种,只挑眉清目秀的靓哥级太湖猪与常州洛猪,猪罗皮细而薄,肥瘦匀称,猪身上的五花肉是制作酱肉的上等原料,五香酱肉特点:皮薄、麦黄色、膘白、晶莹、精肉微红,咸淡适中。后来郑老到上海工作,傍晚下班有时会到山东中路金陵街口的一月百年老店陆稿荐买回一大包,这一带附近有许多家陆稿荐,这家烧的酱肉特别香,味道更鲜!

我父亲对苏式酱肉颇有研究,也曾试烧出能与陆稿荐媲美的酱肉,邻居尝了都说好吃。他煮苏州五香酱肉,很入味,有异香,民国年间父亲从苏州陆稿荐煮肉师傅处探听到有几味增味增色增香的香料是保密的,后来被我父亲在昆山他姐夫开中的中药铺里物色到了。他说,煮肉前要先取猪肋条肉用盐擦捏,加料酒、姜汁、桂皮、八角等许多料浸渍一段时间,让作料慢慢渗透到肉中,烧煮时锅要大,肉要多,要用老汤烧,入锅焖烧的火候很重要,要恰到好处,肉不能煮得太硬,整块烧煮,烧好后捞起,凉透后再切成厚扁形状装盆。过去没有冰箱,只能现煮现吃……



# 老上海葱油饼 喷喷香

上海小达人张冯喜小姑娘曾在微博上晒出几个葱油饼,冯喜说:“学校中式点心班我学到了好本事!回家拔了几根我自己种的有机葱,做了三个香喷喷的老上海葱油饼,群众都说这是这辈子吃到的最好吃的葱油饼!”我“艾特”

张冯喜说:“你做的是老上海葱油饼吗?我看样子蛮像的,葱要多放点哦,饼出炉会更香,呵呵!群众说,你用的是无污染有机葱。”张冯喜回复:“下次做给你吃。”

一个小学生从小学点厨房活,摘葱、和面、煎饼,绝对是好事,现在少数青少年衣来伸手,饭来张口,可乐当茶喝,鸡腿做早点,出门打的士,夜半玩游戏,长大后什么家务事都做不来,我们小时候买菜、洗衣、做饭,还有打酱油,样样都要学着动手做。

说到老上海葱油饼,那是我儿时最喜欢吃的美食,现在寻遍上海,大概找不到一个正宗的“老上海葱油饼”,为什么呢?现在满街早点都有葱油饼,路边五花八门来自各地的“特色葱油饼”,油煎、油炸、火烤、锅烘,做出的葱油饼厚的厚,薄的薄,咸的咸,甜的甜,大的大,小的,有葱有油,都不是正宗的老上海那种圆圆的、金黄色略带点瓷器底圈火石红那种美丽色彩、一圈圈面围成的、不惜工本、撒满绿色葱花、夹着许多水晶般猪油的老式上海葱油饼。

记得几十年前,上海大街小巷都有葱油

饼卖,五分钱一个,那个炉子很特别,上面是一块有两个耳朵的黑厚铁板,板下是炉膛,最上边有一圈烤葱油饼的炉膛。放好葱、酥油料的葱油饼面团先在铁板上用一个工具压扁,油煎片刻,再放入下面炉膛里烘烤,做葱油饼用酥油,要放很多葱香,葱要嫩黄,太老不行,猪板油是必须的,火候要掌握。不久前我看见路边有“老上海葱油饼”牌子,一看炉子像是从前的样子,又煎又烤,忙忙碌碌,油烟直冒,手法也对,买来一尝——噢!里面的猪油,零零散散,寻不到旧时吃葱油饼的快感,一问,才知道,老板为了省料,用猪肉膘煎烂,偷梁换柱替代板油——咳!一个偷工减料的败笔坏了一个葱油饼的名声。

葱油饼做得好吃,面粉最好用从前的普通面粉,能够充分体现出饼的韧度,增加香脆度,饼不能做得太薄,火力不能太猛,否则,猪板油全融化光,饼也煎烤焦了,里外刀枪不入,咬之崩牙,不可取。火候不旺,葱油饼的外皮一层没有烤出香脆度,软绵绵无咬劲,猪板油没有融化得恰到好处,香味大减,不到位。葱油饼一定要刚刚出炉就吃,享受着吸足了葱油的饼,香气扑鼻。品尝老上海葱油饼最宜某个冬天下天,寒风中飘着小雪,当你饥肠辘辘,冷得缩手缩脚在候车,这时路边葱油饼雪中送炭,炉火旺旺,给你带来冬天里的一把火。赶紧买两个滚滚烫烫的葱油饼大快朵颐,这时,不管吃相多么难看,先填饱肚子吃得嘴上油光光再说吧——嗨!饼里那几朵透明如水晶的香喷喷、油亮亮、鲜润润的猪油,和着碧绿嫩黄的葱葱段,引得你胃口大开,几朵柔软嫩的猪油入口就化,鲜得你满嘴油润,烫得你浑身冒汗,齿颊留香,这才是老上海经典小吃葱油饼给你带来快乐一刻的美食享受。

摘自《外婆买条鱼来烧》杨忠明 著 沈嘉祿 绘 上海文化出版社2014年5月出版

# 牙齿与健康

赵哲阳



**13.人工植牙与自体移植**

有些老人家运动不多,却很长寿,而他们的脊椎大多都很直。快步走能让脊椎左右向的弯曲得到改善,但要摆动臂膀,而不是手臂前后移动。快步走时肩胛骨肌肉和大腿肌肉可以把脊椎拉松,改善轻微脊椎侧弯,动作不要太激烈,时间也不必太久,只要十到二十分钟,让身体微微出汗即可。这样可以使脊椎复位,减轻颈椎压迫,且让全身细胞获得足够的氧气,更重要的是可以让股骨、颈椎及脚后跟骨的骨密度增加。但如果病人有脊椎问题的话,我则更建议游泳,游泳有两个好处:第一是水的浮力可以让脊椎压力减轻;第二是通过全身手臂和脚的摆动让脊椎放松。

解决缺牙问题的几种方法。提到缺牙,一般人大概只会想到植牙,可惜这种方法费用很高。你知道还有其他又好又便宜的治疗方法吗?对经济状况允许的人来说,最好的选择当然是植牙,而经济负担比较重的人难道就只能选择次一等的牙桥、固定假牙或活动假牙来治疗吗?在作任何重大的决定前,大家对问题最好有足够的认识,才能兼顾到健康又不必多花冤枉钱。

有一位二十岁的女孩在朋友的介绍下,由妈妈陪同一起来我的诊所,询问是否有必要人工植牙。女孩长得亭亭玉立,仪态很好,一开始我还怀疑这样端庄漂亮的女孩,怎么可能需要植牙,但是经过口腔的检查与X光片的研判,发现女孩口内有四颗牙齿需要重建,其中已经有一颗缺牙了,而另外有三颗牙齿则是已蛀到需要拔除的地步。不用说,她的年纪已超过骨骼发育期,人工植牙自然是第一选择,但因为她才二十岁,所以我建议一颗牙齿采用人工植牙,另一颗牙齿利用智齿矫正的移动来取代,剩下两颗牙齿则是将智齿拔过来进行自体移植。经过说明后,我为病人预估手术费用,家长很讶异费用竟不到别的诊所诊疗费用的一半,反而心生怀疑。虽然我再三耐心解释,但妈妈还是带着困惑离开

了诊所,决定到其他医疗院所询问清楚后再决定。

过了一个多月后,妈妈带着女孩第二次前来诊所,她询问其他医疗院所牙科医生的结果是,一家区域医院的牙科医生提到自体移植方法不太可行,建议做牙桥;另外一家医学中心的牙科医生则赞同我的建议,只是费用跟四颗人工植牙的费用一样,连同植牙、矫正与自体移植,至少要三十万元以上。女孩的家境不错,自然不可能因便宜而接受对牙齿破坏性较高的传统牙桥,所以选择了自体移植的治疗,一方面不想舍近求远,一方面考虑到我是经朋友介绍,有一定的口碑,且费用远低于医学中心,所以还是回来希望由我来治疗。之后,经过不到一年的时间,人工植牙完成,局部矫正结束,而自体移植过去的智齿不仅顺利恢复咀嚼的功能,且因为病人年纪还轻,智齿的牙根尚未发育完成,所以移植后还可以继续生长,等于多了两颗“活着”的全新牙齿。治疗过程中,除了局部矫正起步较晚而耽搁到治疗的时间外,其余不管是自体移植与人工植牙,都完全跟原本的牙齿一样,连我自己都感到欣慰,等于替病人的口腔创造出了新的生命。其实要解决缺牙导致的咬合问题不是只有一种方法,大家不妨多方询问医生,细心比较后再下决定。

再来说说目前最受瞩目的植牙议题,植牙前做足功课可以减少误会,自己也更放心。在治疗上,评估越周全,做法越严谨,就越能降低风险。虽然植牙手术是医生的事,但很多时候都需要患者配合,才能顺利达到获得健康的目的。如果可以自体移植,当然是自己的智齿最好。有的人说智齿一定要拔,反正留着也是蛀掉。不过若从上面的病例看,智齿就像是备胎,拔掉就可惜了。什么样的智齿可以保留不拔除呢?原则上,不会造成疼痛的智齿就不需要拔除,但前提是会不会伤害邻近的牙齿。若是智齿推挤邻牙,造成牙齿被啃嚼细胞侵蚀,或者造成邻牙不易清洁而蛀牙,就应考虑拔除。有对咬牙(对向也有智齿者)且位置良好,还容易维持清洁的智齿,通常建议要保留下来。埋在骨头中的水平阻生齿,只要不与外界口水接触产生细菌感染的威胁,也是可以不拔的。

## 16.窄肩挑起双肩担

肉疙瘩,江苏盐城人,光棍汉,说话结巴,懒得张嘴,他个头壮实,平日里,靠挑水挣钱,三月老虎灶的用水,全由他承担,常年挑水,扁担磨练,他的双肩隆起两团肌肉,得来绰号“肉疙瘩”,很少有人知道他原来的姓名:耿大牛。

他对符木匠的不幸遭遇十分同情,对梳子嫂更多了几分怜悯,一个女人忙内忙外,挣钱养家多不容易啊!即使不打招呼,他也想帮一把,经济上帮不了,有的是力气,每日替梳子嫂把水缸担满,梳子嫂要给报酬,他结结巴巴地说:“力气……不用买,使完它……它又来。你给钱,这不是……看不起……我嘛!”他提前将老虎灶的用水送完,一得闲,就来陪伴符木匠,两个大男人,一个性格内向,一个懒得张嘴,相对无言抽闷烟,等候梳子嫂归来。

盛夏的一天,肉疙瘩挑来一担水,倒入缸中,弯腰用装有明矾的竹管筒在水中搅拌(真如潜水水质混浊,须融入明矾,澄清后使用),梳子嫂见他汗流浹背,顺手拿过一条毛巾,为他揩去背上的汗水。肉疙瘩从未享受过这般温情,猛转身,只见她穿着薄薄的夏布大襟上衣,乳房似一对小兔子在微微颤动,四目相对,目光中充满了一种渴望,渴望似火在燃烧,他伸手一把将她拖入怀中,她也紧紧抱住他,嘴巴轻咬他肩上新肉疙瘩……

没有不透风的墙,瞒过外人,瞒不过家人。符木匠双腿残废,听觉、视觉仍很正常,他对妻子的越轨行为心知肚明,并不怨恨,反而觉得正中下怀。躺在床上的他,不止一次地考虑他与妻子的未来,自打摔断股骨那天起,失去挣钱的能力,失去做丈夫的资格,未来的日子,不忍心让一个女人守着活寡养着他。他看肉疙瘩老实本分,与秀芝能过到一堆去,打定主意,自己告退……他把妻子和肉疙瘩叫到床前。“藏藏掖掖不是个事,你俩一起过吧……”

没等符木匠说完,“扑通”一声,肉疙瘩双膝跪地,说:“符大……大哥,我……我对不

起你!”

“不,不,起来!起来说话。”肉疙瘩立起,符木匠真挚地说,“你为我了却一桩心事,我当感激你。朝朝你们就是两口,秀芝脾气倔,你得多担些。”

“不……不!符大……大哥,我……我下回再也不……不干这碴啦!”

“你怎么不明白我的意思呢?我已不配做她男人哪!”“那你……”

“别管我,我自自有去路。”“去哪?老家回不去,又没亲戚可投靠。”梳子嫂说,“你不跟我出来,就不会摔伤身子,老天不睁眼啊……你想寻死,明摆着我作的孽,这罪名我顶不起呀。你若为我好,那就……”说到这里,她难以启齿,迟迟疑疑。

“那就什么?你尽管说,别担心我没去处,说什么我都应允。”

“你都应允,我就说哪!”

“说!”

“两家并一家,我和肉疙瘩供养你到老。”梳子嫂的提议未免荒唐,可是,除此还有什么两全的办法呢?茅屋里静得出奇,可闻喘息的声音……两个大男人默然了。

同一屋檐下,一个妻子,两个丈夫,奇异的大家庭。北方人谓“拉偏套”,江北人叫“双肩担”。

好事不出门,丑事传百里,不几日,“双肩担”的新闻无胫而走,爆传整个棚户区,成为茶余饭后的新鲜话题,一致认为这是件不可思议的事,尤其是沈夫子,大发感慨:道德败坏,有辱纲常。甚至有一长舌妇当面冷冷冷冷地开玩笑:“‘双肩担’压肩,你受得了吗?”

梳子嫂不甘示弱,还以颜色:“有啥受不了的,你眼馋,也可试试。”“我才不干那丢人现眼的事。”长舌妇自讨一个没趣,说罢,一匕斜,一撇嘴,掉头就走。

其实梳子嫂嘴硬骨头酥,胆寒心虚,时而自责:逃婚私奔的事,已遭报应,这“双肩担”有悖人伦,伤风败俗,丢尽脸面,又作下大孽,难免天打雷劈。她之所以有勇气仍在棚户区走动,是因为母亲曾对她说过,接来一条小生命,撮合一对好姻缘,可以减轻罪孽,增添阳寿啊!

## 朱家湾往事

许成章

