



“列巴”吸引八方来客

“恩和”的蒙语意为“和平”。在上世纪初，俄国十月革命后，许多被流放的白俄少女，越过国境，嫁给了闯关东来到这里的山东大汉。走在街上，会不时碰到金发、碧眼、高颧骨、深眼窝的俄罗斯族居民。他们有一张欧洲人的面孔，张口却是一口地道的东北口音，惊诧之余的话语间，总能透出一股亲切。

走在恩和乡村中，我们被一阵阵飘香的面包味道吸引了。抬头一看，迎面正是一家面包作坊——热尼亚列巴坊。听当地朋友说，这是一家在当地大名鼎鼎的面包作坊，制作的赫列巴（一种俄式面包）用天然啤酒花发酵，不含任何添加剂，是正宗的俄罗斯族美食。

用砖头和泥巴制成的面包烤炉是当地许多俄罗斯族家庭的必备。而在这个作坊，几个烤炉像几间小屋似的，上面分别有烟囱状的烟道。只见女主人打开其中一间“小屋”上一个铁制的小门，里面是熊熊燃烧的炉火，她用一个特制的长长的白桦木勺子（类似一个超长放大的炒勺），将一屉排列得整整齐齐的面包送到炉火深处。不管游客们怎么催促，女主人还是不紧不慢，严格按照时间操作烤制程序。

据女主人说，恩和做面包最好的当属今年80多岁的米格来·达彼得霍娃·达依霞大妈，呼和浩特、乌兰浩特、哈尔滨、克拉玛依、肇东等地的面包师傅都知道在额尔古纳恩和乡有个达依霞，有个北京的富豪还专门请她到北京传授了半个月的面包技术。达依霞的面包从来不用添加剂、防腐剂甚至发酵粉、奶油、香精等东西，她的面包是纯粹的绿色食品。达依霞对她的技艺毫无保留，她的面包工艺中使用了“列巴花”——一种生长在草原上的紫红色的花朵，在它开得最盛最艳的时候，被达依霞采摘下来，然后她用它熬成汁，作为“引子”和在里面。

“列巴”纯正的吃法是先切块，再切片，然后抹上熬制好的果酱或者夹上俄式火腿或薄片酸奶酪。恩和村的俄罗斯族人最喜欢的水果是草莓酱和马林果酱。马林果是生长在西伯利亚山野著名的野生浆果，在忧伤的俄罗斯文学中经常出现。马林果还有一个美丽的名字叫“红莓”，据说著名的俄罗斯民歌《红莓花儿开》中的“红莓”就是“马林果”。

“列巴”是人们认识俄罗斯族人的一个切入点，列巴也是当地俄罗斯族人延续传统的一个符号。喝着奶茶，蘸着果酱，品着面包，一时间，人人赞好，似乎天下美味莫过如此。

传承下来的格瓦斯

夕阳下，金灿灿的草滩，蜿蜒的河水，古朴的木刻楞，归家的奶牛，一切颇具诗意。恩和乡建在一个很大的山间谷地里，得尔布尔河的支流浅浅的淌过那个小村庄，形成一片弯弯曲曲的湿地，河边是起伏的草场和稀疏的树林。周边的山坡线条和缓，山坡上布满了开始变黄的草，白桦林一直延伸到山脚。

夜幕降临，在恩和乡村俄罗斯族同胞的桌子上都能见到一种饮料——格瓦斯。这种饮料呈透明的深黄色，酸甜相间，它们为恩和乡村增添了一种余香。恩和村俄罗斯族同胞认为它是一种“自古以来的民间饮料”，是他们的爷爷奶奶辈、爷爷奶奶的爷爷奶奶辈，甚至更远的祖先酿造出来的。在格瓦斯里有他们亲人的呼吸、土地的气息和五谷的滋养。

格瓦斯为俄语 квас 的译音，是发酵、发酸的意思。用“格瓦斯”来命名既说明了它的制作过程，也说明了它的味道。

最初酿造格瓦斯的基本原料是麦芽、面包干、面包屑和浆果。面包干是没有吃完的燕麦、大麦面包晾干后储存的，浆果是家门口篱笆上生长的，或是走进森林里去采集的，黑色的、紫色的、黄色的、红色的，各种各样，又酸又甜。面包干扔掉了是糟践，浆果不利用多可惜。于是，人们就把这些“废弃物”放在一起，经过发酵、发酸，就制成了“格瓦斯”。

在恩和乡村，家家户户都酿造格瓦斯，每位家庭主妇都有酿造自己的格瓦斯的选料、窍门和绝技。因此，实际上从格瓦斯出现的那一天起，这种饮料就体现着俄罗斯族人一种朴素的信念：珍惜自己的劳动成果，珍惜自己的身体，珍惜自己的身体健康，珍惜一种通过自己的努力来使生活更轻松、更甜美的生活方式。俄罗斯族同胞常说，最好喝的格瓦斯，当然是妈妈做的。而家家储备的格瓦斯预示着平安、健康和生活的安稳。

格瓦斯种类繁多，除了有用麦芽发酵制成的谷类格瓦斯以外，还有用草莓、梨、柠檬等制成的格瓦斯，其中又以谷类格瓦斯最为著名。在结束繁重的劳作时，俄罗斯族人随身携带的是格瓦斯。格瓦斯和酸奶、马奶酒等一样，可以调节胃肠的功能，提高机体功能，改善心脏血液系统的物质交换。畅饮“格瓦斯”，待四方亲朋，游异域风情，已成为热情好客的恩和人民的新时代，而且许多远方亲朋透过芳香醇美的“格瓦斯”更加了解和热爱恩和村这片神奇的土地。

白桦、木屋、木篱笆，长着一张欧洲面孔却说着一口地道的东北话，包饺子也烤列巴，人人会唱“喀秋莎”。这是在国内唯一的俄罗斯民族乡恩和看到的景象。恩和俄罗斯民族乡位于呼伦贝尔市的西北部，四面环山，与俄罗斯仅隔了一条额尔古纳河。这里风光宜人、静谧淳朴，当地80%的居民有俄罗斯血统。他们热情好客，至今仍然保持着完整的俄罗斯民族的民风民俗。

恩和俄罗斯大餐：与喀秋莎的美味情缘

文 / 王成

恩和家宴上的炊烟

恩和俄罗斯族同胞性格豪爽，热爱生活，喜欢热闹。他们除了节日聚会外，平时还喜欢搞一些各种名目的家庭宴会，如庆贺生日家宴，乔迁之喜家宴，为新人买新家具洗礼宴，为新人买新衣洗礼宴，为朋友送行宴、接风宴等，总之不放过每一个联络感情的机会。家宴气氛很热烈，充满浓郁的欧式饮食风格。被邀请的客人按时出席，男士一般要穿西装，打领带；女士要穿华丽的衣服并施以淡妆，以示对主人的尊敬。

家宴桌子的摆设别有一番风趣，使用的餐桌是长方形的，如果一桌客人坐不下，再拼一张长桌，桌子上一定要铺桌布。总之宾主围在一张长条桌上，不分桌，不分男女老少，一律围桌而坐，显得平等、亲切，便于感情交流。在家宴正式开始以前，餐桌上先要摆上糖果、果酱、饼干、小面包之类的食物，配以喝茶用。客人到来后，主人热情



南美洲最大的国家巴西不仅是桑巴舞的故乡，也是全球最大的咖啡生产国和出口国。

巴西主要生产和出口各种价位的咖啡豆，其种植面积达1.9万平方公里，产量和出口量都接近世界总量的30%至35%。世界很多著名咖啡品牌如illy、Lavazza等都从巴西采购咖啡豆。

“Carioca 西爱西”作为巴西顶级咖啡的代表，产自著名的米纳斯吉拉斯州南部的三个农场，至今已有100多年历史。当地平均海拔1200米，矿物质丰富，干湿适宜，水质纯净，“Carioca 西爱西”又是从巴西阿拉比卡咖啡中精选出来最优质的5%精品豆，零污染，拥有无与伦比的独特风味。

在思南公馆开业的“Carioca 西爱西”咖啡馆首创了“白天咖啡店、晚上咖啡吧”的理念，将作为旗舰店，向江浙、长三角乃至整个华东，以及华北、华南等逐步辐射，全力快速开拓中国市场。“Carioca 西爱西”咖啡馆不仅提供最纯正的巴西咖啡，还会有最诱人的巴西美食、最地道的巴西表演和最多彩的巴西文化。

中国首家巴西精品咖啡店 登陆思南公馆

迎接，让座并即刻端上热茶。待客人到齐后，大家入座，家宴便开始了。家宴的饭菜由三部分组成：一是凉菜，二是热菜，三是甜点。俄罗斯族的家宴不太讲究饭菜的种类多少，有几样可口的饭菜，有足够的酒，有甜点，能玩得开心，就足够了。凉菜主要有勒巴撒、谢辽特卡、萨拉特、“依克拉”（鱼子酱）、腌酸黄瓜等。喝过几杯酒便开始上热菜。地道的俄罗斯上菜顺序是：第一道先上苏波汤，每人一盘，用勺喝，上苏波汤的同时要上切成片的合列布。第二道菜上得列得。第三道菜是布里内，同时要上“司灭达那”（酸奶油），它是用来涂抹在煎饼上的。第四道菜是比拉什给，要趁热吃。

现在这种纯俄罗斯式的家宴已不多见了，取而代之的是俄汉式混合家宴，既有俄式苏波汤、得列得，又有汉式的各种炒菜；既有俄式合列布、布里内、比拉什给，又有汉式米饭、馍馍。宴席间宾主频频敬酒，干杯，谈笑风生。

正餐过后，撤去桌子上的残余食物，擦净桌面，主妇就开始上甜点了。甜点是俄罗斯族家宴不可缺少的食品，甜点的种类和质量也反映出俄罗斯族家庭主妇的智慧和手艺。俄罗斯族家宴的甜点样式品种较多，像果子酱、酸奶油、布拉其给、鲁列特、比拉什给、饼干等。客人们边喝茶边品尝甜点，并不时向主人献上几句赞美的话语。这时主人又为客人们端来一碗碗水果羹。

吃完水果羹后，有人已领头唱起了俄罗斯民歌。阿吉努什卡是俄罗斯族的民族舞蹈，每一个俄罗斯人都会跳。它不受场地、人数、年龄的限制，节奏明快，步点轻盈，变换多样，活泼、热烈、奔放的阿吉努什卡就是俄罗斯民族的象征。阿吉努什卡跳累了，就跳华尔兹。唱一会歌，跳一会舞，边唱歌边跳舞，直到歌舞尽兴方才散去。

天色渐暗，又见恩和袅袅的炊烟，一切的一切，全部留在了静静的额尔古纳右岸……