

## 米饭饼

里下河地区盛产水稻，食物也以稻米为主，面粉为辅。在“沤改旱”（只种稻子的水田改为稻麦两季的旱田）之前，小麦的种植面积非常少，因为农田多为洼地。在里下河，“水田”专指种植水稻的农田，而“高田”则是指又能种水稻也能种麦子的土地。一个人家富裕与否，看他们家的高田有多少。水田一是只能种一季，二是收成不牢靠，如果夏天发大水，水田就泡进水渠中了，一年的收成就泡汤了。

秋天没有收成，里下河种水田的人就跑去上海讨生活了，做什么的都有，都是苦力，能力差而脸皮厚的就讨饭。在上海，里下河口音讨饭的和凤阳口音讨饭的时常可见。凤阳花鼓，是乞讨用的，里下河的道情，也是乞讨用的。郑板桥是里下河人，他专门写了十首道情，借民间这种特别的样式书古道今，是道情中的精品，流传至今。

淮剧也是里下河的“河剧”。淮剧多悲调，一大原因是当年它是盐工唱的。盐工特别辛苦，晒盐，在烈日下光着脊梁劳作，像牲口似的。他们唱出来的调，注定悲凉哀怨，而乞讨人的歌不可能喜庆，也是苦词哭腔。

旧时里下河生活维艰，但里下河人对生活的热爱丝毫不受影响，甚至苦中作乐。比如米饭饼这种食品，就是粥馊了以后再加米粉发酵成的。

米饭饼和小面饼不一样，它是发酵过的。酵母本身也是稻米，是米熬成的粥。夏天大米粥吃不完，过了夜，就有一股馊的味道。馊的东西是不能吃的，但里下河人爱惜粮食，舍不得倒掉，用馊了的粥作为酵母，和上米粉，可以做出很好的米饭饼。现在城市里有米饭饼，但不是发酵过的，或者不是用馊的粥发酵的。

小时候经常见到母亲将米粉加水然后投

## 里下河食单 (节选)

王干

入馊了的粥里，放一个晚上，第二天早晨，摊在铁锅上，一会儿工夫，米饭饼便摊成。一进口，一股酸酸的甜，一股甜甜的酸，沁入口中，空气中也散发着米的清新和芬芳。孩子和大人的一天，就从早晨的清新和酸甜开始。

米饭饼一般不加油，也不加糖，纯粹米的味道，前天的米和昨天的米合成今天的米的味道，你能吃出米饭的层次。米饭的新旧，如果加了油和糖，米饭饼就索然寡味了。但米饭饼夹油条，味道就异常可口了，可以说是绝配，纯小麦和纯水稻的融合，油和素的融合，摊和炸两种厨艺的融合，甚至让我联想到南方和北方的融合。夹的方式，显然是北方的饮食手段，荷叶饼夹烤鸭皮、肉夹馍、煎饼卷大葱，都是夹的方式。米饭饼夹油条，连造词方式都是北方的。米饭饼夹油条，现在的年轻人爱说米饭饼包油条，是不知道这种吃法的古意。

现在很多宾馆的早餐都有了米饭饼，都有了米饭饼夹油条，沿街的小吃也有了让人怀旧的米饭饼，但味道不够酸，甜得有点硬。我现在怀念的还是幼时的米饭饼，除了那样的酸甜外，米饭饼上还沾着那些大米粥的米粒，那些米粒是记忆里的珍珠，是美食中的钻石。

慈姑

后来我才知道慈姑也是有很多品种的。汪曾祺先生写了一篇《咸菜茨菇汤》，让人不是垂涎，而是乡愁泛起。最后一句“我想念家

乡的雪”，才是这篇文章打动人的文眼。

慈姑在里下河属于水面庄稼，水面庄稼有莲、藕、茭白、鸡米（芡实）、水芹、菱角、芋头、慈姑等。里下河地区长期遭受洪涝，庄稼朝不保夕，俗话说“靠山吃山，靠水吃水”，水面的庄稼就成了里下河人重要的食粮，以补充稻麦歉收的不足。里下河的人善种这些水面的庄稼，也会做各种风味的水上菜肴。

很多北方人不知道慈姑为何物，我曾经请阎晶明吃过，他说很好吃，味道像他们山西老家的山药蛋。我就和他说，沈从文当年有句名言，慈姑的“格”比土豆高。阎晶明说，土豆和山药蛋不是一回事，山药蛋比土豆的“格”高。后来我吃到正宗的山西山药蛋，确实比一般土豆的味道好。

王蒙先生到泰州讲课，也吃到了慈姑，说，像好的板栗的味道。王蒙先生的眼光确实不一样，苏州人也把慈姑称作白地栗，顾名思义，就是地下的白色板栗的意思。我们老家也有板栗，但是味道确实不怎么样，有点硬，还有点酸，和北京怀柔的板栗没法比。北京怀柔的板栗烧肉和里下河的慈姑烧肉，确实有相似的味道，粉而不黏。大自然很神奇，生于水中的慈姑，与长在地下的山药蛋，还有结在树上的板栗，味道居然如此相近，穿越海陆空的限制。

慈姑有好几个品种，广东的白肉慈姑、沙姑，浙江海盐的沈荡慈姑，广西梧州的慈姑等。里下河最常见的就是“苏州白”，球茎略小一

点，但味道确实与板栗最相似。离开家乡后，我有机会品尝到广东、广西的慈姑，似乎不怎么对我的胃口。

慈姑最常见的烹调方法，是和猪肉一起炖，红烧，加水，炖，起锅之后，肉不腻了，慈姑则圆润可口。在我们老家还有一种做法，叫炒三鲜，准确说法应该是肉炒三鲜。原料：五花肉二两，慈姑片二两、卜贝（豆腐皮）二两、青蒜二两。爆火急炒，肉嫩，蒜香，慈姑脆，卜贝则吸附了这三者的味道，百媚横生，是一道里下河人百吃不厌、百吃百香的家常菜。

慈姑一般专指慈姑的球茎，慈姑的顶芽，我们称之为“慈姑嘴子”，一般在“挖”慈姑的时候把它掐掉，因为它没有肉，也不粉，所以常常被弃用。但也有化腐朽为神奇的，我的一个朋友曾经用慈姑嘴子烧肉，味道不同寻常，慈姑嘴子像金针菇一样排列在一起，但味道酷似现在的羊肚菌，绵柔中带着坚甜。

汪曾祺先生年轻时吃够了咸菜慈姑汤，到了晚年反而非常怀念。慈姑和咸菜做汤，是因为慈姑有点苦味，而咸菜可以去掉。40年前，我第一次到岳父家去，曾经喝过岳母烹制的纯慈姑汤。冷盘、荤菜之后，最后上汤，慈姑汤，没有咸菜，没有肉，就是清一色慈姑炖的汤。汤色乳白，我以为是鲫鱼汤，等我看到那些圆溜溜的慈姑在汤中漂浮，颇为惊艳，一喝，果然有鱼汤的味道。我问，慈姑还能单独做汤？她说，高邮的慈姑可以，不苦。

岳母去世多年，她的这道菜我还记得。

## 神仙汤

神仙汤也叫三鲜汤。不知道其他地方有没有这样的汤，这或许是里下河的一道菜——明明已经很苦了，还要做出高大上的范儿。这也是里下河人面对苦难和贫困时的一种乐观和通达。

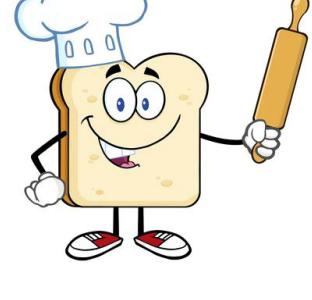
午饭没菜，来了客人怎么办？冲一碗神仙汤。自己可就咸菜吃饭，来了客人不能怠慢啊。于是，神仙汤来了。为什么叫三鲜汤呢？因为由三种调料组成，酱油、猪油、胡椒粉。先放酱油，再是猪油，然后开水一冲，再撒点胡椒粉，一碗色香味俱有的神仙汤就完成了。颜色是琥珀色的，猪油在汤面上荡漾着诱人的涟漪，翡翠似的透明，胡椒的浓香飘过汤面，在屋子里回旋。用汤勺尝一口，鲜，鲜，神仙！只有神仙才能尝到这样的味道。如果加点葱花，翠翠的绿色更显郁郁葱葱。

起初不理解为什么有神仙汤这样的菜，等我到了北京才发现，原来不是所有地方的人吃饭都像里下河人那样，其他菜可以没有，但必须有汤。北方不一样，比如就着大白菜吃馒头，不会有神仙汤出现。吃完了喝点开水就可以了。你到里下河的餐桌上去看，怎么着也得有几个汤，汤汤水水、鱼鱼虾虾，这是里下河食单里最常见的。

前不久，一位老乡请我吃家乡菜，我说能不能做出神仙汤？他在厨房里忙活了半天，终于做出来了，有葱花，有胡椒粉，味道很近似，但没有猪油，用麻油（北京人说的香油）冲的。香是很香，但没有猪油泛起的涟漪，尤其是猪油被开水冲出来的那股傲娇的气息，到底还是有所失。

失去的是什么？饥饿感。

.....



## 父亲的擀面杖

纪效成

然后小心地在木门臼的把手上刻下一道刻痕，朗声说道：“又长高了不少……”

那时，农村里有种迷信的说法，说是要想长得高，在大年三十晚上爬上门，这个愿望就可以实现了。记忆里，大年三十晚上，我常常是双脚踩着门臼，双手攀着门楣，说：“新年里，我又要长高了！”屋子里，充满了一阵欢乐的笑声……

听父亲说，这木门臼是有些来历的。父亲兄弟姐妹较多，父亲和母亲结婚后，就被爷爷奶奶分家了。父亲从爷爷奶奶的手里只分到了一张毁坏的木椅子。父母亲节衣缩食，在亲朋好友资助下，盖起了两间茅草屋。父亲一狠心，将那张传下来的坏椅子拆掉，将椅子腿改做了木门臼。父亲说，这木门臼是他唯一的祖传之物了，一定要好好珍藏！

父母勤劳节俭，在我11岁那年，我们家终于将茅草房推倒，建起了几间砖瓦房，围起了院墙。原来茅草屋里的门臼就被父亲移到了院门上，继续充当着我们家的守护神。于是，夜晚，院门插上门臼之后，就把喧嚣推出了庭院，把灯光、温馨留给了屋里的柴米油盐，留给了桌上的书本，留给了淘米的筐箩、缝补的针黹，更把整

片丝绒般低垂的墨绿色夜空留给了屋外的小院。

读初中时，我有早起晨读的习惯。凌晨五点，我穿衣起床，走到院门，拔出木门臼，在庭院前的河码头处晨读。优美的作文、英语课文等，像是新鲜的空气一般被我吸纳，在我的心胸游走，最后积淀在我的脑海。悬在院门上的门臼，像是我的一位忠实观众，始终如一地陪伴着我，无论我读得怎样，它总是在无声地支持着我，不离不弃。

后来，我外出读书了，远离了家乡；再后来，我工作了，结婚了，在城里定居了。家乡的老宅，那饱经沧桑的木门臼，还有父母双亲等，常常让我魂牵梦绕。

前几年，乡村进行城镇建设，根据规划，我家在拆迁范围内。父母一阵唉声叹气，但终究还是以大局为重，率先拆迁。

父母终于进了城。木门臼成了祖传之物，也要进城。父亲沉思良久说：“我们一家喜欢吃面，就将木门臼制成了擀面杖吧！”

望着这擀面杖，我浮想联翩。双亲已不再年轻，想起他们曾经的艰辛生活，想着他们曾经的殷切希望，我的眼湿润了……

连着木门臼的把手上有着一道道沧桑的刻痕。这刻痕记录着我拔节疯长的童真岁月，也凝聚着父母望子成龙、望女成凤的殷切希望。黄晕的灯光下，这道道刻痕像是圆睁着双眸，露出慈祥的微笑，静静地注视着我。是的，我曾背靠着门框，站直了身体，父亲用钢卷尺测量我的身高，



## 半边西瓜

朱小平

我喜欢吃西瓜，但却不擅选瓜买瓜。

买小个的，担心未熟透；买大个的吃不完，次日就浪费了；买水果店里去皮切片包装好的，又怕不新鲜。隔着瓜皮识辨西瓜的熟度与甜度，就像识辨人心，隔着肚皮，难以一眼察出好歹。

盛夏，我走在下班回家的路上，举着一把太阳伞抵住头顶正午的烈日，但没能挡住扑面而来的滚烫的风，以及风中传来的火热的卖西瓜吆喝声：“早上刚摘的西瓜呢，不甜不红不要钱啦！”

我看见一位中年父亲牵着孩子，停在西瓜摊前，正在实践他的“三拍三看”择瓜理论：左手拍一拍右手弹几弹，耳朵贴在瓜皮面听声响，清脆则津津有味；看花纹走势舒展且间距较宽的，看瓜蒂藤粗的、看阴阳两面青黄色泽浓重的，定是好瓜！卖瓜的女老板跟着他附和，不停说他在行。他满脸得意，不知是因为选到一个自己满意的瓜，还是听到了别人的夸。

生活琐事我似乎从未“三思而行”。东挑西选去比较是为了防止吃亏上当，小吃亏多了，加起来就是大亏。父亲不这么认为，我们在他们几个孩子年少时就教我们：“小亏吃多了，有了吃亏的免疫力，就吃不上大亏。”

所以父亲没有教我们识秤，我们都不会斤斤计较。

我直接问卖瓜老板：“半边瓜卖不？”

她爽快切瓜，刀入瓜皮崩裂，一边鲜红的瓜瓢凸起大包，一边瓜瓢凹陷小坑。她自谦刀法不匀，又自夸瓜好才自然崩裂。

我心有窃喜，欲收拢太阳伞捧凸瓢的半边瓜回家享福，未料背后忽然插上前一双手，一个体型肥壮却身手敏捷的大妈，那一身跟西瓜颜色一样红绿相间的大摆裙，晃得我眼花缭乱。她不问我抱起那凸瓢瓜往秤上一放：“我要了！”语感中气十足。

我没与大妈争抢，事实上我也争她不赢，她拖着她的大嗓门——“给了钱啦！”迅即感觉眼前晾晒的一床挡风“被面”已飘扬而去。我也没有知难而退，是我起先要卖瓜老板切开这个瓜的，剩下半边凹瓜瓢估计难以卖出，我得负责到底。我拿起这边凹瓜，心平气和地放到秤上。

卖瓜老板没有说话，从秤上把这边凹瓜抱下来，削了边沿两处高翘的瓜皮，又把电子秤上显示的价钱四点零零，改成三点零零，我付款时，她执意抹去了点后面的零头。

看来，每个人心中都有一杆秤。我欣然撑起伞提着甜西瓜，走进人潮拥挤的街头，走向回家的路。



## “花式”秋补

马海霞

母亲知道我从小不爱吃盐水花生，但这天却给我送来一袋，让我尝尝。

母亲说，马上立秋了，天气渐凉，人的食欲比夏天有所增加，不必惯着味蕾，不能只捡自己喜欢的吃，不喜欢吃的也得吃点儿才行，这样营养才均衡。

母亲建议我把煮花生当晚餐，因为吃不喜欢的食物，肯定吃得少，就当减肥餐了。母亲这句话说到了我心坎里。我瞅着自己一身的赘肉，那次吃饭都撑得小肚溜圆，下次饭点时压根不饿。吃饭完全是生物钟定时的解馋行动。

晚上我忍住没吃晚饭，嘴里的花生，丢嘴里嚼半天，一篇稿子写完了，花生吃了十几颗，已经感觉饱腹。如此坚持三日，上秤一称，轻了二斤，大喜。

去超市买菜，特意买些平日不常买的菜，那些菜不对我胃口。比如苦瓜和秋葵，这两样菜我们全家都不爱吃，已经很多年未出现在我家餐桌上，那日买了些，晚上做了一个蒜蓉秋葵，一个苦瓜炒鸡蛋，晚餐就这两个菜，因为舌尖抵触，家人都小口吃，细细嚼、慢慢咽，第一次吃饭速度和健康养生成功接轨。

虽然不是自己喜欢的美味，但吃完却非常舒坦。吃完饭外面溜达一圈儿，回到家看书，母亲在厨房里洗菜，我与她聊起秋补，她告诉我，母亲知道我从小不爱吃盐水花生，但这天却给我送来一袋，让我尝尝。

互不理睬，大有老死不相往来的架势。

那刻，我突发奇想，推开窗户，朝她打招呼：“小陈同志，秋天。”小陈吓了一跳，他没想到我会问候他。但他很快就回过神来，笑呵呵地回：“安着呢，我刚买了两盆茉莉花，等会儿我送你一盆。”没想到我一句问候竟然破冰了，甚喜。

这几天我一直盘算着，那些跨不过去的事儿，都得在这个秋天逐一解决，让自己快快乐乐地“秋收”一次。

