

M 岁月留痕

越老越像馋佬坏

□ 王胜扬

“越老越像馋佬坏”，不是批评别人，而是描绘我自己。大概是退休以后，我变得越来越关注吃，越来越欢喜吃，正逐步向“吃货”靠拢，越来越像上海人讲的“馋佬坏”。

我的上半辈子其实是不大会吃、也不怎么在乎吃的。各种各样的食物摆在面前，不讲究啥色香味，只管装到肚皮里，“吃到肚里都是食”。前段辰光在《吃饭像煞着糠》的豆腐干文章里，我曾经提到过 50 年前时在开河工地上一顿要吃掉足足一斤米的米饭，用来支撑繁重的体力劳动。这样的吃法，当然是狼吞虎咽的一副猴急相，根本谈不上有滋有味地享受。以后随着改革开放成功生活水平大提高，吃饱吃好虽然不成问题，只不过这过个辰光人的心思大部分放在工作上，很少去研究食材、调料、烹调、菜系等方面的问题。

退休以后随着人生角色的转换，“吃”在我生活中的地位发生了很大的变化，我慢慢感悟到“民以食为天”的深厚内涵，觉得舌尖上的享受在以后的人生中有着不可撼动的重要位置。现在进入闵行区“万”字当头的万科、万象、万达等大型购物中心，走近各类高档日用消费品的柜台时，我的目光是茫然、暗淡的，因为我并不怎么需要这些物品，觉得它们跟我已经没有什么大关系；而看到那些挂着五光十色招牌的饮食店，走进食品超市、菜肴柜台时，我会两眼放光，探照灯似的扫描琳琅满目、色泽诱人的食品，想着这次去粤菜店，下

次去川菜店，今天买沙琪玛，后天买枣泥饼……，想想这个世界上还有那么多好吃的东西有待自己去享受，以后的人生还有些意义，还值得珍惜。

这样的认识使我外出旅游的内容也发生了变化。过去旅游，只钟情于美丽的山水、旖旎的风光或者感兴趣的人文历史，现在旅游时则对旅行社提出了更多的要求：不光要安排好景点，还要安排好用餐。今年四月中旬，我和几个老同学“烟花三月下扬州”，就特地让朋友早早地在当地预订了正宗的淮扬菜，蟹粉狮子头、大煮干丝、软兜长鱼（黄鳝）……，痛快淋漓地领略了一番扬州菜。

我好吃，想吃好，但嘴巴不刁，不大挑食。什么生煎锅贴、河南烩面、韭菜盒子……，都可以是我碗里的菜。记得有位外国哲人曾经说，越不挑食就越幸福。喜欢吃的食物多一样，你的幸福就多一分。我是蛮同意他的观点的。当然，日常生活中吃得最惬意的，还是自家的家常菜，一荤一素一汤，加上香喷喷的白米饭，就是适适意意的一顿中饭。今年临近端午节，已经 92 岁高龄的老母亲和往年一样，为小辈们早早地包好了三角肉粽。这粽子吃到嘴里，又香又糯又鲜，感觉好到没有啥食品能够与其媲美，真是满满的幸福感。

不挑食不等于我对美食没有追求。前几天在微信抖音上看到一段视频，评论传统的中国八大菜系，一一点评了粤菜、川菜、苏浙菜等现在的地位。我注意到视频里特别提醒说，除了传统的八大菜系外，云南的滇菜值得关注，因为云南那儿各种各样的食材无论荤素都特别好，只是滇菜的烹调技术还有待精细化。如果在八大菜系的前列。看到这个视频，我又兴奋起来，盘算着什么时候去云南旅游，再去光临昆明的《菌王府》，大喇一顿宜良烧鸭、白油鸡枞、汽锅鸡、大救驾，品尝一碗“过桥米线”。

没有办法，好像变得越老越馋，越来越像馋佬坏，恐怕无可救药了。

“东风夜放花千树，更吹落，星如雨。”辛弃疾这首词，描绘的是元宵节打铁花表演的盛况。在高亢强劲、节奏感极强音乐的伴随下，一个个汉子轮番上场，他们头上扎着白色羊肚巾，赤裸着上身，手拿着一杆杆铁铲，来到熊熊燃烧的火炉前，舀上一勺火红炙热的铁水，然后使劲往天空抛洒。你一抛，我一甩，他一挥，顿时，火串舔空，火光冲天，火星飞溅，火花群舞，火束穿梭，火点辉耀，整个夜幕下的空中变成一片金灿灿、红彤彤的世界。

铁水横溢，铁屑奔流，犹如群星舞动，金星翻飞，川流不息着一条条金线，好一派“火树银花不夜天”的目眩与奇景。人们的眼光像聚光灯一样追随着打铁花的好汉们，不断地惊诧着，惊叫着。表演结束，我询问一位打铁花者：“你感觉打铁花最难的是什么？”他回答：“打铁花最难的不是技术，而是克服直面烈火的恐惧。”

我见过铁匠“叮叮咚咚”打铁时铁花四溅的情景；和此次精彩大场面相比，真可谓小巫见大巫。



《时尚与复古》

龚晴摄

M 乐享生活

那一碗炸酱

□ 姜凯

母亲心思巧，常常将最普通的食材进行组合搭配，制作成滋味馨香，其中，炸酱就是最经典的家常菜。

先用葱花、生姜爆个油锅，再依次放入煮熟的黄豆、花生、肥瘦相间的肉丁和土豆丁，大火翻炒至半焦，将少许东北大酱倒入锅内。一勺糖是必不可少的，快速翻炒几下，加水，煮沸后盖上锅盖小火慢炖至汤汁快干时，再加入切好的红绿辣椒丁，稍微翻炒后，香喷喷、色香味俱佳的炸酱上桌了。

琼珠苏万物，雨洗岁时新。滴滴答答的春雨声中，各种春菜

次第登场。餐桌上清香可口的春菜与炸酱是绝配，尤其那粉白鲜嫩、珠圆玉润的小水萝卜，更是一道代表新春之美好的家常菜，洗净后直接蘸酱吃，脆生生，水灵灵的，养眼又爽口。

东北不管哪家饭店，可乐不一定有，但炸酱或者豆瓣酱不可或缺，尽管酱里的内容没有家里的丰富，但足以开胃下饭。如有挖来的野菜，凑成一盘蘸酱菜，春天便在大家口中蔓延回味。

绿肥红瘦，风暖昼长，袅袅绿韵悄然拉开夏的序幕。此时，伺候餐桌上酱碗的，有青葱、黄瓜、开水焯过的菠菜等等。暑热天气里，过水面一碗，拌上一大勺炸酱，焉有食欲不振一说？将干豆腐皮放在开水中烫一下，切成大小适中的方块，用来卷蔬菜蘸酱吃，则又是一番滋味。再或者将新鲜的小土豆，东北特有的大绿皮茄子煮熟晾凉，切几段鲜

嫩的葱白，与炸酱搅拌在一起，与米饭或者馒头配伍，不知不觉中，盘净碗空。

这时节，繁华三千，不如一饭一蔬一酱。

我读财校时，食堂伙食太差，从家里带一瓶炸酱是必须的。如此，学校刺嘴的玉米面大饼子，清汤寡水的白菜炖豆腐，白菜炖土豆，白菜炖萝卜等，在炸酱的调味下，也可以吃得津津有味。

结婚成家后，我照搬母亲的炸酱手艺，时不时地调剂一下小家庭餐桌上的口味。早餐时，把馒头片煎成金黄，抹上炸酱，再配上一碗稀溜溜的小米粥，这是儿子最喜欢吃的。定居上海以来，我家先生又接手这份家传，并经常做一些小小的改善，比如，加点腊肠丁、香菇丁等。

细细碎碎，装饰了平凡的日子。那一碗炸酱，让我时常怀念母亲。

M 心香一瓣

鸡笃面筋

□ 王蕙利

我小学班上有位姓李的同学，家里曾在老街开过面店，他家有一门冠绝一方的绝技——沱面筋。那会经常到小李家“吃白食”的我，有机会看到那个令人殊感神奇的操作过程。

作为一款旧时的家常菜，面筋的口感较素鸡松软，且有一种特殊的说不出的清淡味道，能任意搭配其他原料，怎么做都好吃。然要说到最令我难忘的，还是那道鸡笃面筋。鸡笃面筋，不是由面粉洗出的面筋，而是麸皮。

初夏时节，新麦上市，收割到家晒干后，用石磨磨成粉，剩下的下脚料，就是麸皮，对于惜粮似金的乡民来说，不会将之丢弃，于是用来沱面筋。

这种用麸皮沱出的面筋，呈

网状结构，质地疏松粗糙，韧性差，难以包馅。直到现在，一些老人，仍习惯将带馅的称水面筋，无馅的叫面筋。

老母鸡在锅里被煮至鸡油全都熬出，汤面一片金黄时，将面筋搗成一块块投进去，待它们重新浮起，便可盛出供食。

鸡汤历来是百搭神物，用此等美物配上面筋，自然成了上得厅堂，下得草棚，江湖之远庙堂之高都青睐的好菜。孩提时的我，比较反感在鸡汤里加别的东西，觉着那样会破坏鸡汤的醇味。唯独鸡笃面筋是例外，因为这道菜主要是吃面筋。

从波澜不惊的热鸡汤中，撩出鲜嫩柔韧的面筋，先吹两口气，接着张嘴咬下。麸皮沱出的面筋，里面难免残留些许褐色麸皮，煮熟后会产许多小孔，使之像块吸水的海绵，把鸡汤的鲜味全吸了进去。细细咀嚼，面筋带着微微麦香，松爽劲道，越嚼越有味。一锅鸡笃面筋，最先完结的多半是面筋。

M 人在旅途

走进察尔汗盐湖

□ 刘岭梅

从上海飞行 3 个多小时，来到西宁，然后马不停蹄，乘青藏火车，凌晨时终于来到了目的地格尔木。格尔

木是县级市，但面积比海南、宁夏加起来都要大。这里盐湖的资源非常丰富。察尔汗盐湖周边，满目的荒凉和苍茫，不见一缕人烟，也极少看到绿色植物，上世纪六七十年代，我国的地矿科技工作者，在这鸟不拉屎的地方寻找钾物资源，有多么大无畏的牺牲精神啊。

来到盐湖公司，首先参观察尔汗盐湖。在阳光照耀下，湖水波光粼粼，色彩缤纷，如梦似幻。走在湖边结晶盐铺就的平板路上，这些因水分不断蒸发而形

成的坚硬盐盖，孕育了晶莹如玉、变化万千的神奇盐花，如宝石般闪闪发光。

随后我们来到盐湖博物馆，这里记载了几代人探索、发现、研究、开发盐湖的艰难历史，我们看到，盐湖蕴藏着氯化钠、氯化钾、氯化镁、氯化锂等十几种资源，总储量达 500 多亿吨，是中国最重要的矿业基地之一，我国农田，普遍缺钾，而青海盐湖化工公司拥有 500 万吨/年钾肥生产能力，产能位列全球第四。

M 广角镜

千年绝技

打铁花

□ 朱岭

不久前，我来到山西大阳古镇，观赏打铁花表演。打铁花素有“民间焰火之最”的美誉。

有个俗语：“打了铁花了”，就是打了水漂的意思，也就是铁花四溅等于水花四溅，最后一场空。然而，当地群众利用“花”与“发”的谐音，取“打铁花越打越发”之意，希望生意火红。打铁花已有千余年历史，2008 年被列入国家非物质文化遗产名录。

晚上 8 点，广场上人声鼎沸，高音广播里传来紧锣密鼓的音乐声，一群穿着汉服的男女上台，表演了火圈、火把、火转轮和作为唐朝著名歌姬赵飞燕故里的传统舞蹈，作为暖场。