

生活百味

笔墨皆是桂花香

■ 杨景宇



桂花香

苗青/摄

秋风起，桂花香。我总会想起小时候绞尽脑汁去泡一瓶桂花墨水的事。

那时，学校里有两三棵桂花树，长在由细石子铺成的操场中央。秋风卷着落叶纷飞时，也送来了阵阵桂花香。恰逢一场秋雨，桂花香气被雨珠打散，混着雾气满园飘逸。

不记得是谁的提议，说用桂花泡墨水，大家一听便心生向往，纷纷来到操场捡

拾桂花。有的同学性子急，匆匆从地上抓了一把，简单筛掉渣土，就塞进了墨水瓶里。我倒是不急，蹲在地上慢慢挑选，只捡最干净、最完整的。再把它们郑重地泡进墨水瓶里，期待着墨水能够酿出桂花香来。

时间一天天过去，墨水的气味还是没有发生变化。我想，或许不该捡地上的桂花来泡，可能桂花一落地，香气就被土地吸

走了。当我正忧虑它不够香时，又出现了更大的问题，所有人的桂花墨水里都飘着一层霉斑。失望之余，我们还很疑惑，难道桂花会让墨水发霉吗？那么，桂花蜜和桂花酒为什么不会发霉呢？

回去后，我把这件事告诉了外婆，她笑着说，这跟腌泡菜差不多，最重要的就是要沥干水分，否则就算腌成了，也会发霉。那天下雨，桂花上自然是带了水，直接泡在墨水里，就如同泡菜那样容易发霉。

听了外婆的话，我打算再试试。天晴得正好时，我小心翼翼地从树上摘下一捧桂花，再泡进墨水瓶里。根据外婆的经验，我还要把盖子拧紧密封，偶尔晒晒太阳，等两周再打开来看。

我把墨水瓶放在教室的窗沿上，还可以晒到太阳。坐在窗边的同学，也帮我小心翼翼地看护着它，避

免一直暴晒。不出几日，便能闻到淡淡的桂花香味。当我准备打开盖子时，身边已经围拢了好几个同学，大家似乎都想见证这个时刻，我拧开盖子，把鼻尖凑在瓶口，深深一嗅，好香！

其实桂花香味很淡，尤其是灌进钢笔里，再写在纸上，桂花香味几乎微不可察。但接下来的日子，都因那一瓶桂花墨水而变得不同。同学们也对我的墨水充满了羡慕，就连班上最调皮的男孩子也很心动，拿着钢笔到我面前，温声细语地向我要一管桂花墨水。使用着桂花墨水的同学，都如我那般，工整认真地写下每一个字，写完一行，还要捧起书本来嗅上一嗅。似乎所有的美好，都蕴藏在那瓶桂花墨水里。

如今，市面上的墨水不胜枚举，桂花香味的墨水也有很多，但我从未买过。笔墨皆是桂花香，似乎也是那时独有的单纯与美好。

百草园

枸杞大枣车前草汤，是一道非常好的清热解毒养肝滋阴汤。车前草全身都是宝，其性味甘寒无毒，具有清热利尿、祛痰止咳、清肝明目之功效。《本草纲目》认为：久服轻身耐老。车前草有降血压，治疗急性肝炎和急慢性支气管炎等功效。

根据药理实验，车前草内含车前甙、熊果酸、维生素C、维生素B成分。与大枣枸杞配伍，既能相得益彰，又能相互作用，可以起到清热利尿、养肝滋阴益肾的作用。

《本草经疏》：车前子，其主气癃、止痛，通肾气也。小便利则湿去，湿去则癃除。伤中者必内起烦热，甘寒而润下，则烦热解，故主伤中。女子淋漓不欲食，是脾肾交病也，湿去则脾健而思食，气通则淋漓自止，水利则无胃家湿热之气上熏，而肺得所养矣。男女阴中俱有二窍，一窍通精，一窍通水。二窍不并开，故水窍常开，则小便利而湿热外泄，不致鼓动真阳之火，则精窍常闭而无漏泄，久之则真火宁谧，而精用益固，精固则阴强，精盛则生子。肾气固即是水脏足，故明目及疗赤痛。肝肾膀胱三经之要药也。

车前草非常容易采摘，生于田野畦畔山埔路旁。车前草叶全部根生，叶片平滑，主脉五条，向叶背凸起。

车前草是一种味道鲜美的野菜，全身都可以食用，用它煎汤煮茶，美味又养生。

附车前草（车轱辘菜）做法：车前草200克，大枣30克，枸杞20克，姜适量。将车前草、姜放入1500毫升水中煮开，加入大枣文火煮20分钟，调入枸杞稍煮片刻即成，喝前加些冰糖口感更佳。本品对急性湿疹、咽喉炎症有良效。

篆刻 作者 李昌昌
健康是人生第一财富



诗苑

秋雨(外一首)

■ 张秀梅

你冲刷着田野里的残绿
你催促着农民秋收冬藏
你捉弄着空中的飞虫
你驱赶着执拗鸣叫的蝉
蝈蝈藏在黄绿色的庄稼上
窥视着你的形状
静听着你的声音
在你喘息的间隙
它跳出残绿浅黄
在天地间做出最后的呐喊
而你的一阵高歌终于压住了
一切虫鸣

秋风

炎热在你轻柔的指尖上
轻盈地飘向远方
凉爽跟随你的袅袅婷婷
来到九月
你挥动着魔法棒
树叶变成斑斓的蝴蝶翩翩飞舞
柿子变成了小灯笼挂在九月的门楣
葡萄变成五彩珍珠藏在绿蔓之间
朝天椒变成小火把照亮了
农民喜获丰收的笑脸
秋风
你是藏在古文里的一阙词
你是诗人下笔前的一段情
你吹走了蝉鸣蛙鼓
你带来了丰收的气息



牧归图

覃文波/摄

印象美食

秋月清辉柚子香

■ 甘婷

未近中秋节，农历七月过半，一轮月亮缓缓升上天幕，银辉自上而下洒落人间，一座小城，窗外的婆娑树影，我想起了故乡的柚子树。

距离上次回乡似乎已经过了许久，在我的心里一直藏着沉甸甸的乡愁，它应该也像未熟透的柚子一般，又酸又涩。我曾无数次回忆起待在故乡小镇时，我“虚度”在柚子果园中的闲暇光阴。

偶尔，我放空思绪，任凭后背倚着某一棵柚子树的树干上，就这样遥望月亮。下一刻，月光透过那一棵棵壮实的柚子树与我“目光相接”，彼此羞了个红脸，我见月色多美妙，心中忍不住惊叹，月亮眨眼间却躲进了云层里。原来，

它也是一身的“孩子气”呀。我的鼻子常常闻到似有似的柚子叶清香，身体不由自主地泛起一阵奇异的愉悦和轻松感。

小时候，老房子附近有一个果园，果农照顾得当，柚子树亭亭玉立，我每次路过果园，喜欢透过篱笆去偷看这些小精灵。从春天开始，我就盼着它们快快开花结果。四季更替，只见柚子树雪白娇嫩的花骨朵终于绽放结出果实，徐徐长大，变成了一个又一个黄澄澄的小“月亮”，这个过程妙不可言。在不知不觉间，我的童年染上了柚花香。

故乡盛产沙田柚，个大皮薄，果肉厚、汁水足、甜度高。晶莹透明的“白肉”一瓣接着

一瓣被挖出来，丰满的柚子肉、细小的核，慢慢吃它，香甜在舌尖萦绕，美滋滋的。吃完了果肉，柚子皮还得好好攒着，家乡人对烹制柚皮可谓得心应手。将果皮表层的黄衣削下，便得到一块块雪白饱满的“海绵”，滚水汆烫，捞出过凉水，一边洗一边拧，挤出苦涩味，得到鲜美的白皮。白柚皮炒五花肉，柚香浓郁，若条件许可再放一勺豆瓣酱，不提色增香还开胃下饭。

柚皮酿是客家名菜，将处理好的白柚皮捏成壳，塞进瘦肉加香菇、木耳等调好的馅料，包好即成，或炸或蒸或打火锅烫熟，都是一道咸香可口的佳肴。

柚皮的黄衣具有很好的

药用价值，如法炮制脱涩，与柚子果肉一起，加冰糖锅中熬成柚子茶，兑水成秋冬妙饮，酸、甜、香，回味绵长，有宽中理气，消食，化痰，止咳平喘之功。

据《本草纲目》载：“柚，气味酸、寒、无毒。能消食，解酒毒，去肠胃中恶气。”现代研究表明，柚子含有丰富的维生素C和柚子酸、蛋白质、有机酸、维生素以及钙、磷、镁等人体必需的元素，这是其他水果难以比拟的。

远离故乡，看不到熟悉的果园，我只有一抹孤独的月影摇曳。幸好，我还可以捧着一个个柚子大快朵颐，沉溺在柚香中，自我疗愈，一点点抚去思乡之苦。

车前草·轻身耐老 平肝降压

贾佩琰