



## 头道菜

□ 张羊羊

头道菜,顾名思义,冷菜之后上的第一道热菜。苏南水乡这边,如果冷盘中没有哈虾的话,那么,一般第一道上餐桌的热菜是河虾,或水煮,或油爆。董小宛的拿手菜之一“松虾如龙须”,那个松虾好像选料是基围虾,有河虾的话我们不爱吃这种虾。囿于主人点菜时的惯例,首先是选好虾的做法,然后是选好鱼的品种和做法,接下来才会看菜单上其他的菜。

水煮河虾里,会少不了两三个葱结,油爆河虾则会加入蒜瓣或蒜泥爆炒,上桌时撒上一层葱花。姜、葱、蒜这类作料,一是可去腥,二是可提香。对我而言,阳春面里没有葱花、爆炒猪肝没有青蒜叶配,我是没兴致吃的,因为它们不只是对于口感的需要,而是特别养眼。这种癖好和张爱玲差不多,你看她把蒜瓣写得多么生动啊,“苋菜上市的季节,我总是捧一碗乌油油紫红夹墨绿丝的苋菜,里面一颗颗肥白的蒜瓣染成浅粉红。”她说,“炒苋菜没蒜,简直不值一炒。”

我从小炒苋菜就会放三五个蒜瓣,不放没法下手炒,放了又几乎不吃。对于作料的用法和看法,觉着袁枚说得极好:“厨者之作料,如妇人之衣服首饰也。虽有天姿,虽善涂抹,而蔽衣褻褻,西子亦难以为容。”所以,像我这样明明不太吃辣椒的人,也会找只青椒切块,缀进锅中,做一道宫保鸡丁。

头道菜用虾,其实最没有乡土气息,只有极少数餐馆的头道

菜上的是“老三鲜”。我出生的地方,是这座城的北面,以前过年喊亲戚,头道菜就是“老三鲜”。用的是猪蹄、猪皮、肉丸,配料会放些黑木耳和冬笋片,煨煨笃笃,吃起来又鲜又暖热。我爱人出生在这座城的南面,他们那请吃饭时餐桌上也有这道菜,不过大碗端上来时多了一种食材:圆白嘟嘟的鱼丸。那种青鱼肉做的鱼丸十分鲜嫩,入口即化,适合我这种牙口早已不好的人。

不过,那道有鱼丸的三鲜汤并不是爱人家那边的头道菜,会到最后几个菜时才上桌。他们那边的头道菜,我老家那边没见过,叫“腻蟹糊”。原本是一道时令菜,到了吃螃蟹的季节,厨子们将螃蟹的肉剔下来,和蟹黄蟹膏一起放进油锅煸炒,配以笋、鲜菇、香菜等作料,倒入调匀的淀粉煮至糊状,起锅时加勺猪油提香,口感鲜美润滑。这道菜的由来,相传当年乾隆下江南来到常州时,乘船从北塘河进入芦蒲巷,在东坝桥靠岸,此地靠近黄天荡,那里产肥腴的大闸蟹。因吃螃蟹耗时费力,随行的常州籍大学士刘纶便找人选用蟹黄蟹白勾调烹制成了一碗腻蟹糊。不过,这个说法也只能听听,常州的“东坡肉”“网油卷”都与苏东坡有关,我也只是听听。

“腻蟹糊”这道菜,苏州和无锡的厨子一样做得出来。我觉得奇怪的是,爱人家那里的头道菜“腻蟹糊”一年四季都有,螃蟹也有休息的时候啊!而且老是这样的吃法,过于奢侈了。后来我知道了,看不见螃蟹的时候,

南面那些小镇都有“腻蟹糊”吃,烧法可以看出略有不同,味道差不多。在我打听下,那里的人告诉我,这是没有蟹肉的“腻蟹糊”。第一个做出这道菜的厨子真是聪明又高明,如果不说出来,我还以为一直吃的是蟹黄蟹肉。那看起来像蟹黄的实际上是鸡蛋或鸭蛋的蛋黄,那吃起来像蟹肉的其实就是做鱼丸的青鱼肉。青鱼肉煮熟后,撕成小块,像极蟹脚里剥出来的肉。这道菜的关键,在于勾芡上的功夫,才能做到黏稠得当。烧蟹糊用的是猪油,表面看起来很温和,一勺下嘴,实在是太烫了。

当然,常州头道菜出自盛宣怀的家宴,取野生大甲鱼、家养老母鸡以及竹笋、猪脚文火煨制的。有人向盛府的厨师讨教后,慢慢改良,野生甲鱼采用长荡湖的、母鸡和野生竹笋取之溧阳的南山竹海,作料有火腿片、姬松茸、虫草花等,大家以“常州头道菜”为此命名。

还是我家那边的头道菜“老三鲜”接地气,在江南江北好多地方都能在头道时吃到,其实它就是一碗清贫年月里难得用来犒劳一下亲朋们的杂烩。



## 悠悠大运河 千载文脉心

□ 芮锦锋

中国文化,依水而生。我们熟知的黄河流域、长江流域、珠江流域的经济文化带就是最好的例子。而扬州何其有幸,除了依托地利长江之外,又有了人力加持。春秋时期,吴王夫差开凿了连接江淮的邗沟,此后历代都有运河工程,其中隋朝的工程最为浩大。大业元年至六年,隋炀帝疏浚贯通之前王朝开凿留下的河道,修成了隋唐大运河。这次连通的大运河首次使南北贯通,沟通五大水系,“运漕商旅,往来不绝”“自是天下利于运输”。这就是著名的京杭大运河,在中国历代的南北交通上发挥了重大作用,为沟通南北经济、文化做出了巨大贡献。

建在扬州的“大运河博物馆”有效融合了传统文化和现代多媒体技术,带你走进大运河的前世今生。“腰缠十万贯,骑鹤下扬州。”早在六朝时,已经明确了扬州的经济文化地位。初唐诗人张若虚是扬州人,一生只留下了两首诗,但他的《春江花月夜》有“一词压两宋,孤篇盖全唐”“盛唐第一诗”“春风第一花”“孤篇横绝,竟为大家”之誉,闻一多评价其为

“诗中的诗,顶峰中的顶峰”。现在扬州不仅有扬州若虚文化艺术中心,还有很多路都是以张若虚来命名的。

“故人西辞黄鹤楼,烟花三月下扬州。孤帆远影碧空尽,唯见长江天际流。”盛唐的李白才在黄昏中一脸羡慕地看着好友孟浩然下了扬州。中唐的张祜已经在高唱:“十里长街市井连,月明桥上看神仙。人生只合扬州死,禅智山光好墓田。”活着要在扬州享受逛街看月的乐趣,死了也要赖在扬州,这里风水好啊。“青山隐隐水迢迢,秋尽江南草未凋。二十四桥明月夜,玉人何处教吹箫。”晚唐的杜牧说比起我来你俩都弱爆了,我要在扬州醉卧美人膝。“十年一觉扬州梦,赢得青楼薄幸名。”小杜才子是多少女子的春闺梦里人啊。“试问江南诸伴侣,谁似我,醉扬州。”北宋的苏轼在此沉醉于美人星眸,这可能就是酒不醉人人自醉的最好写照吧。

靖康之变后,北宋灭亡,南宋王朝南渡,长江以北的淮河一带成了荒芜的边地。此后金人屡次南侵。宋高宗在位期间,金兵曾两

度大规模进攻南宋。建炎三年金兵占领扬州,大肆烧杀掳掠。绍兴三十一年,金主完颜亮又大举南侵,扬州再度遭受浩劫,破坏极其惨重。姜夔面对如此凄惨的扬州,发出悲慨:“二十四桥仍在,波心荡,冷月无声。念桥边红药,年年知为谁生?”辛弃疾更是大呼“佛狸祠下,一片神鸦社鼓”。此后明代四大才子之一的文征明,清代的“扬州八怪”也都为人们所熟知。

新中国成立后,扬州焕发了新的生机。与此同时,大运河畔的文脉还在延续。朱自清的《荷塘月色》《背影》,以其清隽沉郁,文笔简约亲切,极富真情实感,被誉为“白话美文的模范”。汪曾祺的《受戒》《晚饭花集》等作品,刻画了家乡高邮的淳朴民风。他的文章不是烈酒,而是一杯清茶,需细细品味,才能悟出其中滋味。他也被誉为“抒情的人道主义者,中国最后一个纯粹的文人,中国最后一个士大夫”。

悠悠大运河,千载文脉心。

## 白露已至

□ 赵沁芝

白露秋分夜,一夜凉一夜。2024年9月10日,白露节气过后的第三天,我从没想过,这一天会这么特别而重要。

清晨,我照例驱车行驶在美丽的西太湖畔。虽不是我上班的必经之路,但只要时间允许,天气和心情又刚刚好的时候,我总爱走湖边这条道,远不了多少,却能给我极大的精神慰藉。

沿路风景实在是太好了!好到我经常会产生行驶在洛杉矶落日大道的错觉。晴空万里,碧波荡漾,绿树成荫。我坐在车里,把窗户开到最大,瞥见窗外绿色行道树快速向两边倒去,我雀跃着揭开头上的发带,任凭发丝在风中飞舞,享受着风、阳光和自由带来的片刻畅快。

途经大桥,遇到了晨起捕食的白鹭群。大概有三十来只,挥动着洁白的翅膀上下翻飞,轻快灵巧,远远望去,像极了孩子们折叠的极好的纸飞机。

“嗯,又是那群贪吃的小家伙们。”我轻笑着想。

上次遇上它们还是在半个月前,余光瞧见,心头一阵惊喜,可惜当时着急回单位处理工作,就没了然后。今天是单位一年一度体检,我抬眼看下了时间,7:50,来得及,不如停下来,和它们待一会儿吧。

现在想来,如果世界上真有预言或先兆的话,那天的那群白鹭和心血来潮的驻足,或许就是征兆之一,告诉我,停一停。

说来也怪,人总是会在事情发生后,忆起很多有的没的细节,像是有个神秘的局外人告诉你:“看,我早就提醒过你,是你自己没注意到罢了。”然后幸灾乐祸地看着你悲伤懊恼,捶胸顿足,进而埋怨自己,“早知道,我就如何如何了。”

情绪的无用全在这里。这世界哪有那么多“早知道”,命运齿轮转动之时,我们能做的只有兵来将挡,水来土掩,一切向前看罢了。再退一步想,若一早就知道我这一生会怎么度过,那得多无趣。我想做个有趣有盼的人,“不念过往,不畏将来”,加上不要懊悔。

抽血、胸片、骨密度等检查

依次进行。骨密度由前两年的不足,变成了今年的一切正常。护士小姐不无羡慕地说,我这骨密度是二十岁年轻人的健壮度,我也不无得意,回应道,“之前每年都不足,所以一直在服用钙镁片,看来效果还不错。”

一切顺利,直到进行到彩超部分。大意失的“荆州”,不在一直不足的骨密度,不在十多年前的就有的肝血管瘤,而是在哺育过两个孩子的乳房上。

说起母乳喂养,我不是绝对的拥护者,因为睡不到整夜觉,堵奶堵到发烧,孩子长牙期攀咬到出血,复工后单位和家两头赶着送奶等,这些要吃的“苦”是客观存在的,但亲喂也有利于产后恶露排出,子宫收缩回正常大小,身体机能恢复,降低罹患乳腺癌风险,以及提升母亲与婴儿的亲密度。母乳对婴儿的好处也不用多说,所谓“37度”的爱,也许是做母亲的,送给独立生存的孩子的第一份礼物。

但是,所有这一切都应建立在母亲条件允许且自愿的基础上。于我,因为奶水充足且我很享受亲喂时光,所以两个孩子我都哺喂一年。彭彭医生告诉我,正常来讲,妊娠和哺乳都是乳腺癌的保护因素,但凡事无绝对。所以,归根到底,亲喂不亲喂,母亲的选择问题,能不能降低乳腺癌风险,个体的概率问题,我们能做的是尊重和接纳。

“您好,您在2号B超室,下一位就是您了,请在这里稍等片刻。”

“好的,谢谢。”拿着体检项目单坐在等候区,我依旧有些心不在焉,脑子里盘算着今天的工作,手指翻飞,不停在微信工作群里编辑着工作提醒。

“下一位!”

“来了。”合上手机,起身,推门。

此时的我尚不知,这扇门将成为改变我人生轨迹的宿命之门。



《暖色调》徐芊卉摄