

开栏的话

岁华年景,百味汇集。家常菜属于一方水土一方风物,用最简单的烹饪方法,把食材的特性味道呈现,随摘随做随吃。常州的美食,以不时不食为主,既有今天称之为奢侈品的江鲜,也有寻常人家的青菜豆腐。多年来,作家、美食家朱学东走南闯北,品尝过各地美食,依然对故乡常州的美食情有独钟,尤其推崇常州家常菜。即日起,本报开设“常州:好味在家常”专栏,跟随美食家的脚步,品味地道常州家常味,也细品食物中蕴藏的年味与乡愁。

豆腐百叶

□ 朱学东

“中国的豆腐也是很好吃的东西,世界第一。”

1935 年 5 月 23 日,在福建长汀的狱中,瞿秋白以这句神来之笔,为他的自白《多余的话》作结。时年 6 月 18 日,秋白在慷慨赴死。

福建长汀的豆腐很有名,秋白被拘押时,大概没少吃。在他的故乡常州,豆腐及其他豆制品,也很有名。在秋白成长岁月里,他应该没少吃豆腐百叶素鸡。如今常州武进的横山桥百叶,名头已经超越了常州;常州的素鸡,据说进过人民大会堂。

常武地区,利用田埂地头,遍种黄豆青豆,豆子用来做菜换油,也可以做豆腐百叶。

不像现在商业发达,豆腐百叶随时可以买到。我小时候,周边地区,几乎每个村都有做豆腐的人家。平常就是各村做豆腐的挑着豆腐担子转村头换豆腐,用豆子换。

每年过年前,家家都要浸泡黄豆,排队到村里做豆腐的人家,请人家帮忙做豆腐。我自

己从给磨盘加浸泡好的豆子开始,到后来能够推得动磨盘,到煮豆花时又抢着帮忙在灶间烧火。小时候最喜欢去隔壁堂祖父家帮忙,看做豆腐,为的是新豆腐做好时,堂祖父会划一块滚烫的热豆腐给我吃。这种刚做好的滚烫的热豆腐,加酱油,以及切碎的青蒜末,其味之美,至今忆着心醉。汪曾祺肯定没这样吃过,他只吃过小葱拌豆腐,他见到林斤澜吃青蒜拌豆腐时很吃惊,不过,林斤澜的青蒜拌豆腐,应该是凉豆腐,热豆腐拌青蒜才真正好吃。

农村人家做豆腐,过年请客自用,都要用上。做得多,保鲜一靠天冷,二靠传统的井水浸泡之法。

如今村里做豆腐的人家几乎没有了,小时候磨豆子看做豆腐蹭热豆腐百叶解馋,以及将豆腐百叶浸泡在井水里储存,都已成如烟往事。如今家里用豆腐百叶,都是买专业商户的,一个菜场,通常有好几档豆腐摊头,现做现卖。不过,我至今觉得,常武的豆腐百叶,质量

很好。

豆腐百叶,一直是传统祭祀不可缺少的食物。如今几乎是常武地区农家的当家菜,不仅可以单独成菜,也可与荤素同烧,都是美味。菠菜烧豆腐,袁枚《随园食单》说“杭人谓之金镶白玉板”,其实常州也是这说法;豆腐烧常州本地青菜,做法与北方的白菜炖豆腐相似,但味道各异,我偏好南味;百叶切丝可以炒韭菜、菠菜、荠菜,都非常鲜美。除夕百叶与黄豆芽同烧,更是常武地区必不可少的一道菜。常州的豆腐羹,既是弄堂早点,也可登大雅之堂,我在北京常州宾馆吃饭,必点豆腐羹。豆腐与鱼头同炖,也是常州土法名菜。至于用豆腐白煨或红煨大小肠、猪肺、猪肉等,都是与其他地方不同的家常做法。而红汤百叶,做法独特,是常州独有的一道菜,嫩滑可口,佐酒下饭,皆是妙品。



解码航天员的“极限人生”

——读《星际求职指南》

□ 刘学正

当神舟飞船刺破苍穹,当空间站划过天际,航天员的名字与人类的勇气和梦想紧紧相连。荣耀的背后,究竟隐藏着怎样的艰辛与挑战?《星际求职指南》为我们揭开了神秘的面纱。书中,欧洲空间局航天员蒂姆·皮克详细阐述了成为一名航天员所要跨越的重重关卡。

单从对身体素质的严苛要求来看,航天员面临的挑战就超乎想象。在失重环境的模拟中,中性浮力训练和零重力训练是必修课。前者要求他们在水中进行长时间的复杂操作,后者则需在短暂的失重状态下反复练习太空作业技巧。离心机训练则是对抗重力的极限挑战。在高速旋转中承受数倍重力,航天员不仅要有强健的体魄,更需在到达生理极限时保持清醒与冷静。“尽管它确实在旋转,但并不像你脑海中浮现的游乐场设施。”这些训练让航天员始终保持身体与心理的双重稳定。

知识储备同样重要。掌握天体物理知识让他们能够理解宇宙的奥秘,精准规划飞行轨道;航空动力学原理帮助他们掌控航天器的飞行姿态,确保

任务安全。太空医学更是关乎生命健康,在微重力环境下,人体生理机能会发生诸多变化,从骨质流失到心血管系统的调整,都有赖于航天员和地面医疗团队共同应对。“观察敏锐的航天员会时刻留意身边的人、系统以及环境,时刻对变化保持警觉。高度的环境感知能力,是你能够安全操作并确保任务成功的因素之一。”

心理素质的锤炼也是成为航天员的关键。太空任务充满未知与风险,设备故障、太空辐射等突发情况随时可能发生。在生死一线间,冷静和果断是生存的关键。而长期的太空飞行,远离地球家园和亲人朋友,会让孤独与寂寞成为心理上的巨大挑战。“航天局不再寻找能进行短距离、高风险的飞行的无所畏惧的个人。相反,他们正在寻找冷静的团队成员,能够在与世隔绝的环境中一次生活和工作几个月。”书中提到的心理建设训练,旨在帮助航天员学会自我调节,保持积极乐观的心态。这种心理素质的培养,需要长期的积累和专业的指导,只有内心足够强大,才能在浩瀚宇宙中坚守信念。

该书还强调了团队协作的重要性。“帮助团队达成目标的优先级,要高于你的个人荣誉和个人职业成就感。好的团队成员之间会对彼此有耐心,相互尊重、相互欣赏。”航天员在执行任务时,是一个紧密合作的团队,每个成员有明确分工。在太空的极端环境下,团队的凝聚力和协作能力直接关系到任务的成败。不同文化背景和个性的成员,要在共同目标下,相互信任、相互支持,发挥各自的优势,完成艰巨的任务。

合上《星际求职指南》,心中满是对航天事业的敬畏。这本书不仅是一部关于航天员选拔训练的指南,更是一部鼓舞人心的作品。每一名航天员的背后,是无数次的努力与不懈的坚持,是对未知的勇敢探索、对梦想的执着追求。他们的故事激励着我们,无论面对何种挑战,只要怀揣坚定的信念,不懈奋进,就能够突破自我,实现梦想。



家乡糖圆

□ 徐宏杰



家乡旧俗,正月十五元宵节早晨必食“糖圆”,外乡人不知何谓,糖圆其实是一种实心米粉小丸子,就是小元宵,丸子为圆形可以理解,为何前缀一“糖”字呢?因人家食糖圆必加糖而得名。民国伍稼青著《武进食单》载:“甚多人家,将年前制作小团子之米粉,留下少许,至正月十四日,用水调和,搓捏成比豌豆为大之小圆子,于次日元宵节早晨,投入沸水中煮熟,加白糖,谓之糖圆。先以之供祖先,然后全家食之,以取团圆之吉利。”

旧时白糖通常被认为比红糖更高级,甘蔗或是甜菜榨汁后过滤熬煮,浓缩而成红糖,在此基础上纯化、脱色,再去杂质,才能制出白糖。乡邑前辈伍稼青是常州城里人,他笔下的糖圆加白糖,而我记忆中家乡农村很晚才有绵白糖,糖圆一直加的是红糖,另一方面,加了红糖,汤呈红色看着喜庆且开胃。“开门七件事,柴米油盐酱醋茶”,糖不在其列,所以不是生活必需品,历史上,由于食糖提炼技术的落后,糖的产量很低,将“甜蜜”作为寻常的消费,逐渐形成喜食甜的饮食习惯,是过去衡量一个地区或人民富裕的标志。

家乡一些岁时节令常有糖圆的身影出现,如民国《中华全国风俗志》“武进岁时记”记载:正月十五“是日居民例食糖圆”,另外如大年初一早晨,人家多食糖圆或大颗有馅心者的汤圆(也叫大元宵),冬至节早晨例食糖圆。另外,家乡民间办喜事,如搬家当天须在新屋煮食糖圆,女儿出嫁时亲友及迎亲队伍食糖圆,新媳妇进门时须食糖圆。还有一些地方出嫁女儿回门时,亦均须吃糖圆,并须盛若干碗以送左右邻居。

家乡把做糖圆叫搓糖圆,制作过程一般由妇人完成,需多位妇女合力动手,故场面十分热闹。根据糖圆之消耗量称好米粉倒入匾中,将米粉围成外高内底之堆,中间倒入滚水,一人双手拌和均匀再轮流由人反复揉成米粉团,务必揉透至无一星生米粉方罢,上盖一块湿布以防米粉团水分蒸发而干裂。用濮刀(家乡菜刀的名称)从米粉团上切下一块,再在匾中搓成中指般粗似一根棍状米粉圆柱,濮刀切成一粒粒米粉小块,妇女们双掌相对将米粉粒搓成圆形,搓得越圆则表明搓糖圆技艺越高。如为喜事用糖圆,另再搓些红绿色糖圆夹杂其中。

乡间煮食糖圆,如伍稼青所述,十分简单,将糖圆入锅中开水中煮熟,连汤盛入

碗中再加红糖即可食用。常武地区另有一种特色做法,大名叫酒酿元宵,即酒酿糖圆,特点是团如玉粒、酒香四溢、风味独特、清甜爽口,据《常州商业志》介绍,乃清光绪年间,由一位名叫裴玉高的师傅在常州城中局前街毕家弄开店时初创。酒酿,本地名“甜白酒”或直接叫“白酒”(白酒则称烧酒),用糯米煮饭后拌甜酒药发酵而成。酒酿糖圆制法有两种,一种是“裴玉高有次不小心把甜白酒翻在了煮糖圆的大锅里”那般,待糖圆熟时锅中加酒酿再煮。另一法则是在碗中先置少许酒酿、糖,再将煮熟之糖圆连汤舀入碗中。窃以为第二法最佳,诚如伍稼青所言:“酒酿一经煮过,便带酸味,无足称矣。”酒酿糖圆另有加桂花者,称桂花酒酿糖圆,以此冲蛋,称酒酿冲蛋糖圆,后来逐渐才有了酒酿百果馅汤圆之类吃物。

不知何时,常州酒酿糖圆传至上海滩,1934年版《上海顾问》介绍上海城隍庙诸多著名小吃,列第一者即为常州酒酿糖圆,但名称叫酒酿圆子。当时城隍庙大门外两旁东西两边店铺,各有一家常州酒酿糖圆店,酒酿为本店自制,和市售的不同,酒酿吃来香甜鲜洁,加以桂花、白糖和煮熟的糖圆,愈发味美绝伦,所以座中常常客满。到了每年立夏这一天,这两家店的酒酿糖圆销量惊人,盛酒酿的缸钵叠起好似一座假山模样,由此可见生意之兴隆。

无独有偶,1934年,江苏在省会镇江举办“全省物品展览会”,其间评出一桌“江苏菜”,甜点心类共四,为“武进酒酿元(圆)子、镇江蜜炙莲子、江都烧买、镇江切面”。由此可见,常州酒酿糖圆不仅为街边著名小吃,更上得了筵席台面,可见其自有非凡之处。

上个世纪80年代,有一姚姓同学从外乡迁至鸣凰,与我做了同学。他家住在武南河边店面房中,姚母以在家制售糖圆为业。但他家做法与手搓不同,是将湿米粉倒在摇桶中摇成大小不一之糖圆,再倒入一口铜筛中筛出不合规格之小糖圆,留在筛中的糖圆倒竹匾中待售,不合格者再入摇桶中,如此反复。因其为鸣凰街独家经营,每至正月十五日前几天,生意极好,诸同学不约而同去帮忙轧米粉。以后数年,直至我离开家乡,他家的糖圆被我吃了无数,姚家湿米粉糖圆,吃起来比手搓糖圆更加细腻可口,再后来,武南路拓宽,姚家拆迁,便再也吃不到他家糖圆了。