

## 烤红薯

□ 邹凤岭

晨光初放,推开窗子,一股烤红薯的香甜扑鼻而至。临街处,陈家老伯随女儿从乡下来到了城里,做起了烤红薯的活计。他说,那是一种生活的乐趣。进了城,烤些红薯,既打发时光,也方便百姓生活。每一天清晨,老伯准时来到街边,守着那火热的薯炉。

红薯,又叫番薯、甘薯、红山药、地瓜、薯芋、山芋等。一般认为,是明代广东虎门人陈益于1582年从安南(今越南)引入红薯。又据明代徐光启《农政全书》载,明代福建长乐人陈振龙同其子陈经伦,“取薯藤绞入汲水绳中”,并在绳面涂抹污泥,于1593年初夏,始得渡海,航行七日,从吕宋(菲律宾)带到福建厦门,闽地人因此称之为“番薯”。红薯曾是我国早年百姓的主打食物之一。那时粮食不足,红薯便成了补充。红薯种植,一年一季。它不挑土

壤,随处都能生长,而且产量高,又富有营养,“一亩数十石,胜种谷二十倍。”(明·谈迁)。

红薯种植,方便易行。扯几条蔓子,切成小段,种在地里,很快生根,也串起蔓子。它的绵绵绿意,给人以坚韧意志。汪曾祺曾写下:一九四六年夏,离开昆明去上海,途经香港,滞留在一家华侨公寓的楼上。忽然发现了奇迹,一棵绿芋,就生长在阳台的煤块上。没有土壤,更没有肥料,仅仅靠一点雨水,长出了碧绿的叶子,微风中高兴地摇曳着。他说:“在寂寞的羁旅之中,看到这几片绿叶,我心里真是有说不出的喜欢。这几片绿叶使我欣慰,并不夸张地说,使我获得一点生活的勇气。”来到了上海,汪曾祺果真有了好运气。1752年,扬州八怪之一的兴化人郑板桥辞官归隐,来到一水相依的盐城任教谋生。“闭门品芋挑灯,灯尽芋香天

晚。”想必先生白天教书育人,晚上构思作画。守着炉火,烤个薯芋充饥,透过诗墨芋香,能见大画家生活窘困里的豁达胸怀。

红薯的食法很多,可水煮,可炉烤,可晒成薯干,还可做成地瓜粉丝等。于红薯,明代《枣林杂俎》曰:“润泽可食,或煮或磨成粉。生食如葛,熟食如蜜,味似芋。”收获时节,取晒了半月的山芋,煮熟后稀软,咬破皮,吸一口,甜如蜜。将山芋洗净去皮,剥成块,加入大米、小米或麦麸同煮,是最爽口的稀饭。用山芋粉做成的粉条,与肉同烩,鲜美可口,营养极佳。红薯虽然有多种吃法,当然最令人们喜欢的要数烤红薯了,那是又香又甜。

在我国,红薯的广泛种植,与人们结下了不解之缘。烤红薯,早已深深地扎入了人们的味蕾。在它的香甜里,有着华夏儿女共同美好的情感。



天气转凉了,说降温就降温,南方的湿冷,北方的干冷,都是由内而外的冻人!这时候最需要一份热乎乎的美食、一杯暖暖的热饮对抗寒冷!

下了班走到楼下时,抬头寻找自家的窗口,看见那一方明亮,心里就暗自雀跃。推开门,一股暖香气息扑面而来,炉灶上煨着一锅浓汤,母亲正在包着小馄饨,老猫偎在脚边,外面世界的寒冷仿佛瞬间被驱散,全身的每一个毛孔都热乎起来。

这是厨房里常见的场景,天冷了,厨房的炉灶忙个不停,各种汤、炖锅轮番上阵。那一锅炖菜最得家人欢心,步骤简单到一二三,砂锅放油,爆香葱姜,多菜品依次放入,略炒,添汤,盖上锅盖尽情炖吧。与此同时备好香葱粒、香菜段之类的提味增色物,待锅中食材软烂鲜香之际,将其投入,迅速出锅,接着将热气腾腾的砂锅端至餐桌大快朵颐。太喜欢这种“一锅端”的吃法了,空气里弥漫着一股久违的味道,那是高温下食物与瓦煲相碰时散发出的香气。

“今天吃什么?”相信这是难倒不少职场人的问题,但是天冷了似乎就没那么难了,暖身汤锅就是你犹豫不决时的不二选择。它和家常的“一锅端”有相同之处,但更精致,排骨、海鲜、肉丸、年糕、金针菇、茼蒿,加入辣酱,整锅汤都散发出一股醇香鲜辣的气味。屋外飘着雪,屋内火锅席卷着沸腾。热闹的火锅是最亲民的,菜肉一碟一碟涮下去又浮起来,吃得嘴里一片噤里啪啦,仿佛烟花在舌面炸开,满嘴的香,最适合一家人“闲聊家常”,也适合三五知己围炉夜话。这些花样汤锅,可以是一道菜,也可以是我家餐桌的全部,旧时食物匮乏,大白菜、豆腐、粉丝、丸子便可,偶尔吃一顿海鲜锅、鸡肉锅,就像过年一样开心。

我们都愿意靠近温暖的人和事,也容易被温热、家常的食物所吸引。街边早餐店蒸笼里的包子,一揭锅盖热气蒸腾,周围都跟着暖了起来,赶紧快走几步买个;街角卖烤红薯的大爷,像极了儿时住在隔壁屋的爷爷,也是一样的勤勉能干,我买一个大大的烤红薯拿在手里暖着,吃上一口暖在心头;在我四体不勤时,爱人做的那一碗面条,把我的胃狠狠温暖了一把。我是极易满足的人,单单只是冬日里食物温暖弥漫的香气,就让我对这个世界充满感激。

我告诉自己,人间多美好啊,好好陪伴身边的亲人、朋友,也感谢碗中的饭食,好好吃饭,温柔相爱,享受人生中该有的温暖好时光。

## 冬日暖食

□ 夏学军

## 补冬

□ 付景莉

时值冬日,又到了进补的时候了,民间素有“冬日进补,来年打虎!”的说法。意思是说,冬日补足了身体能量,来年才更有精气神儿做事。冬日进补也叫“补冬儿”。在我的老家,补冬儿大多是吃羊肉。

说起吃羊肉,不由得想起小时候,我第一次吃羊肉的情景。其实与其说那是吃羊肉,不如说喝羊肉汤更准确些。那时我喝的是母亲做的一道药膳——当归、黄芪羊肉汤。母亲会做药膳,还是从舅姥爷那里学来的。舅姥爷是我们当地有名的老中医,母亲是个好学又善钻研的人,在舅姥爷的帮助下,母亲琢磨出了好几道可以调理身体的药膳,其中有一道便是当归、黄芪羊肉汤。我第一次喝这种汤是在7岁那年冬天,那次是母亲炖给奶奶喝的。奶奶经常贫血,年轻时还落下了月子病,经常手脚冰凉、肢体发冷。那时村里正好宰了两只羊,我们分得了二斤左右,母亲就决定给奶奶炖汤补一补。

母亲将当归、黄芪洗净,用温水泡上半个小时。将羊肉洗净切成小块,放进烧开的沸水里焯去血水后捞出,倒入砂锅中,然后将泡好的当归、黄芪切片,带皮生姜拍扁,辅以大枣、陈皮、大葱段一同入锅,加入适量水,滴几滴白酒,大火烧开后,转小火慢炖约两小时,出锅前几分钟,撒上一把枸杞子和少许盐搅匀。

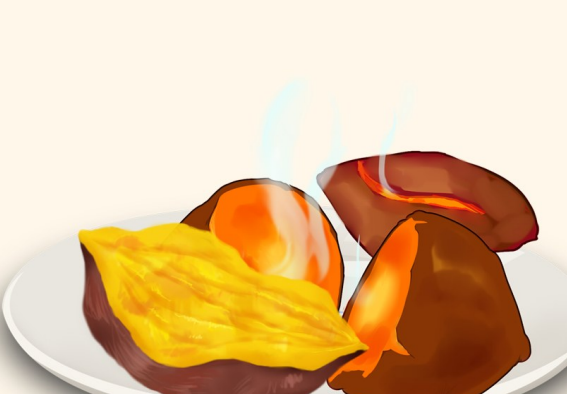
当满屋飘出羊肉的香味时,母亲找理由将我们支开,然后将炖好的羊肉一半半盛到大碗中,将剩下的一小半盛到一小碗中,然后恭恭敬敬地将两碗都端到爷爷奶奶屋里,并微笑着对奶奶说:“天冷了,炖点羊肉汤给我爸和您俩补补身子,小碗的留着明天吃,大碗的今天吃!”这时爷爷就配上母亲捞的香喷喷的小米饭,美美地吃上一顿。奶奶总有些于心不忍,想给我们留下几块,这时母亲就说:“不用,锅里还有。”奶奶知道当时分得的羊肉有多少,也深知母亲的为人处事风格,知道母亲不会在锅里还留着肉的,但母亲坚持,奶奶只好依了她。

当我们回来时,只剩汤了,母亲总说:“肉少,奶奶身体不好,就先让奶奶他们吃吧,你们不急的,等以后咱日子好过了,你们吃的时候多着呢!”我们理解母亲,就只是那些汤也让我们泡上香喷喷的小米饭美美地饱餐了一顿。

我们从母亲的身教中学到了“孝道”,以至于后来在外面的很多年里,我也一直秉承着母亲传下来的这一良好家风,对父亲母亲和公公婆婆尽自己力所能及的一份孝心。

几年前,我的公公婆婆相继去世,而我的父亲母亲身体还算不错。去年刚过立冬后,我回老家时,又给他们买了一只羊,也学着母亲的样子,炖了一锅当归、黄芪羊肉汤,给他们补了个冬儿,父母亲都很高兴。

东汉末年著名医学家张仲景在《金匮要略》中说,羊肉性温热,有温补作用,当归有补血养血的作用、黄芪有补气升阳的作用,当归、黄芪羊肉汤可以调经散寒、调理手脚冰凉、贫血、受寒腹痛、心脑血管等疾病。眼下又到了冬季,正是喝羊肉汤的好时节,虽因疫情回不了家,但我已托人为父母买了一只羊,希望他们补好身体,只要父母身体好好的,就是我们做儿女的最大的幸福。



## 觅食

李陶摄

## 爱是一碗小米粥

□ 张海新

越熬越香。”

这时,只见锅里金黄色的米粒自由翻飞,发出咕嘟咕嘟的声音,如同美妙的音乐,听得人心花怒放。

粥熬好了,一家人围坐在桌前,捧着刚出锅的小米粥,米香四溢,令人陶醉。粥太烫,要慢慢喝,我先小心翼翼地啜一小口,再转下碗,鼓着腮帮子吹几口气,再啜一小口。就这样,几圈下来,一碗粥就见底朝天了,我觉得还不过瘾,又喝了一碗。母亲看着我喝得肚子圆滚滚,才心满意足地收碗。

后来,我上初中,在镇上住校。有一次,我在学校吃了生冷食物,胃病又犯了。于是每天天不亮,母亲就在家把小米粥熬好,装在不锈钢饭盒里,走八九

里路,把粥送到学校来。等我上完早自习,她已经在门卫室等候多时,看到我,迫不及待地从我怀里的布包里掏出饭盒,打开盖子,小米粥还冒着热气呢,一股暖流从胃里,慢慢升腾,一下温暖了全身……

后来,我也做了母亲,每个寒冷的冬天,我也会为我的孩子熬小米粥,我也会想尽办法,希望他们吃得更健康一些。我像当年母亲熬粥一样,耐心守着锅台,一点点搅拌,慢慢熬,等热气慢慢升腾,任米香芬芳馥郁。这时,终于体会到了母亲当年的辛苦与不易。

我想,母亲对我的爱,如一碗小米粥,而我对孩子的爱亦如此。这爱也定能一代代延续下去,漫长而悠远。

## 生命的奖赏

□ 孙成栋

仿若一只萤火虫,并不会因为太阳、月亮、星辰、明灯的存在,就不敢发出自己的光芒,那夜夜的点点微光,纵然细弱到极致,也有着丝丝生命的明亮、一份青春的酣畅,一袭梦想的莹澈。

仿若一粒粒盐,在浩大的盐场、盐山、盐仓里,它们平凡、细碎而卑微,被淹没于铺天盖地的洁白里,不显山不露水,却从未因此而失去真味,那每一丝咸淡里,仿佛都蕴藏着盐与海、盐与城、盐与人的故事。

站在岁月的长堤上回望,那漂起来足有几人高的一本本获奖证书,更像是一片片叶子,记录着季节的风霜雪雨,流淌着生活的苦辣酸甜。在无际的丛林里,它们似有若无,却会在秋日的斜阳里相聚,最后融进温暖还寒的春泥,宛如盐岭堆积于大地,成为映入眼帘的一场雪,再以涓涓滋润梦想的麦野。

有时,在小寐中,会反颌领奖的场景。站在喧嚣又寂寥的舞台上,仿若立于故乡的水边,静静地倾听大自然的脉搏,一个原本浮躁的生命,在真性情中治愈了自己,也找到了远方。

生活的湖畔,那些小确幸、小惊喜、小如意,俨然一只只雨后钻出地面的野菇,散落于莽莽苍苍的林间,给历经艰辛跋涉、走过沟沟坎坎的脚步,以值得流连的美好;也让更多心灵领悟到,生命的腐殖质上不仅繁衍菌群,也生长纯真。相比于满汉全席的奢华,

小葱炒蛋的日子自藏精致,独有一股朴素的清香,那咸淡自如、冷暖自知的味道,从来不需要想起,却永远也不会离弃,恰似绵延一生的空气、阳光和雨水,这何尝不是一种独特的奖励呢。

一如生活离不开盐,人也离不开奖励。未必就是捧起金光熠熠的奖杯、领取令人艳羡的奖金、登上众所瞩目的舞台、受到万千粉丝的膜拜,更多时候,一次的小小的掌声、一个细微的进步、一句由衷的赞许、一阵清脆的掌声、一抹鼓励的微笑……都是一种温暖如春的奖励。

而踽踽独行时的一段音乐、身心俱疲时的一次远足、夜深霜重时的一杯奶茶、身陷冷宫时的一缕书香、精神浮躁时的一记警钟,不也是一种自我犒劳、自我激励吗?是的,与希望相伴的每一分钟,都是对人生最好的奖赏。在小收获中不辍前行,谁能肯定人生的雪球不会滚成一道风景线呢。

一勺盐,倒进口中,很咸。一勺盐,倒进湖里,很淡。人生之盐的味道,随着心量的变化各异,但只要味蕾未曾消逝,它就不会迷失;只要生活的灶台未倒,它就风雨无阻。

无论奖大赏小、盐咸盐淡,都是生命里不容忽略的章节,见证着你我从未怠慢过的生活,以及永不放弃的努力与成长……