

金不换九层塔

中国南方用得最多的是九层塔，
一种叶子尖一些，

叶片平整的品种。

在闽南和潮汕，

很多家庭的阳台或院子，

都种九层塔，

使用实在太频繁了。



九层塔

蛤蜊 / 蛤蜊 / 蛤蜊

不知道你会怎样判断一家生鲜铺的好坏。比如你买了蛤蜊，他给你称好，沥水，装袋，然后……然后就是收钱吗？想想买鱼，店主把鱼刮鳞，去除内脏，洗净，然后？然后掰一块生姜，再加几根葱，就是这样，很自然。不给生姜和葱的鱼店都要给差评。那，蛤蜊缺了什么？缺了九层塔。

我在一家网络生鲜店买了蛤蜊，收到货的时候，打开箱子没有闻到九层塔的独特气味，最后翻遍了都没找到九层塔，很失望，这也太不体贴了。那种憎恶感带来的结果就是，把一年的预存款尽数拿出来放到了利息见底的余额宝。

蛤蜊、鱼虾是要搭配九层塔的。坐专车都会送一瓶水的时代，互联网卖生鲜还这样没头没脑，太不像话了。鱼鲜搭

配九层塔是南方市场的传统，亦传播甚广。

在潮汕地区，九层塔另有一名“金不换”，说明此物之不可缺，它的作用跟紫苏差不多，但气味比紫苏好多了，吃习惯了，你一闻到九层塔的味道，会觉得海鲜大餐临近了。就像你闻到香茅兰的香味，开口就是：哇，冰激凌的味道。

九层塔是罗勒的一种。罗勒是个大家族，不同品种、变种、杂交种很多。在西方，最常见的是甜罗勒，一种叶子肥肥的罗勒品种，常拌在沙拉里，也放海鲜汤里，更多就是在意大利面里。回想一下你吃过的意面，很少没有罗勒的。别吹嘘说你只拿面条拌了番茄酱，也吃出了意面味道，那是因为你的番茄酱里已经拌了罗勒。还有罗勒酱，其实也多是混合酱，比如会加牛至、百里香或鼠尾草。

马来西亚菜也常放罗勒，一种莫法（Morpha）罗勒。大部分罗勒都是带一点儿茴香味的，莫法罗勒则是混合香料的味



Veronica hastata L. var. *plena* W. & A. Dennis

九层塔



道，比较复杂。我在马来西亚吃过印度菜，那股浓郁的香料味，用的就是罗勒，当然不排除还有别的混合香料。

其实各地用罗勒，并不挑品种，什么品种好生养就用什么，只是一些品种有茴香味还带点肉桂风味，有些有柠檬香，也有一些是丁香风味。中国南方用得最多的是九层塔，一种叶子尖一些，叶片平整的品种。在闽南和潮汕，很多家庭的阳台或院子，都种九层塔，使用实在太频繁了。

我后来单独又买了九层塔，为了等它到来，蛤蜊又多养了一天，沙是吐干净了，也臭掉几个。事实上九层塔除了调味，在针对贝类的时候，有点像紫苏对螃蟹，正有去毒之意，怕万一遇到臭贝、死蟹。

买九层塔这种调味香草跟买葱一样，只要你买，总是太多。葱多了可以种盆里，罗勒多了怎么办？而且罗勒还不像





葱，带根一起卖。放心，罗勒可以扦插，运气好，能长根再生长，不愿种植，泡水里也行，不几天就长出白色的根来。这一点，它像极了薄荷。不过，多数罗勒品种是一年生植物，它怕冷，所以北方就算了，而且北方本来也没有吃罗勒的习惯。南方种植罗勒，春夏开花，夏秋结籽，收了籽第二年春季可播种。而且，罗勒应多剪，去顶，不让开花，植株的寿命会长许多。

此文曾收到很多北方读者反馈，说是北方有一种叫荆芥的植物跟我说的罗勒很像，也作为调味品。我知道荆芥，是另外一种唇形科香草，不是罗勒的一种。荆芥有一品种，很多养猫的人熟知，猫闻了其气味后会被迷幻，所以常被用来做猫玩具，俗称猫薄荷。但我仔细看了北方人说的荆芥，它其实又不是荆芥，就是一种罗勒。此一名称的混淆，不知是如何造成的。不过，话说回来，说明北方也是吃罗勒的。

枸杞叶子猪肝汤

枸杞菜的最佳搭配是猪肝，再加一些瘦肉一起煮汤，全名枸杞菜猪肝瘦肉汤，也叫枸杞菜滚猪肝汤，这是我在广东经常吃到的汤。



枸 杞

常绿灌木，茄科，枸杞属

我迟迟未动笔，想给“枸杞叶子猪肝汤”对一个下联，好给文章取一个题目，平仄了一上午，都没对出来。满脑子只有“烟锁柳池塘，深圳铁板烧”这样的名句，只好作罢。

院子里有一丛枸杞^①，是杂志社初创时，同事所送，说从老家墙头上扒拉下来的，另外还带了数丛兰花与我。同事的家乡在浙中磐安，山区多药圃、果园。前年还给我移来一株蓝莓，与我原有的蓝莓品种不同，恰好可以搭配授粉。说起来当年栽下的那些春兰也是年年开花，其中还有一株素心，瓣蕊没有一丝杂色，乃是我的最爱。

我一直以为枸杞是北方植物，以西北产的最为著名，宁夏则以枸杞为特产。没想到浙江也有。同事说枸杞并非药圃

所栽种，在家乡石坎围墙一直就有，是本地种。看来枸杞还真是不择地而长，西北的干燥与江南的湿润，如此不同的气候，它们一概无视。

种养以后才知道枸杞之易养，因为长势颇为疯狂，每年都需修剪，有些剪下来的枝条随手一插即活，当年便开花挂果，丝毫不勉强。只是这个品种所结的枸杞子个小，晒干后更是只有很小一粒，不及宁夏枸杞子的一半。我也不在意，大多都喂了鸟儿。常常是大清早，听到叽叽喳喳都是鸟叫，推出门去，轰一声飞走，空枝雀静，一粒不剩，留下一堆鸟粪。所以，枸杞对我来说只是观赏植物。

有一年，去广东汕头，见饭店有招牌，写煲汤全用枸杞菜，



枸
杞



颇为正经严肃的通告。我想，这枸杞菜是什么东西，不会是枸杞的叶子吧。一日，逛当地菜市场，见有一把一把的枸杞叶卖，枝叶一起，正是所谓的枸杞菜。原来，南方吃枸杞叶，所以习惯名枸杞菜，北方吃果，故多呼枸杞子。忽然惊觉，枸杞的分布天南地北，南竟至广东。

枸杞生长有一特性，就是在春季时，会迅速抽出枝条，速度很快，小楼昨夜听风雨，一宿的工夫，便抽出许多嫩枝条来，如雨后春笋般，所以不必像春日摘菜心，只取顶上一截，枸杞菜可取一整条嫩枝，入菜皆不老。我知道它能作为菜蔬以后，年年采一大把尝鲜。

枸杞菜的最佳搭配是猪肝，再加一些瘦肉一起煮汤，全名枸杞菜猪肝瘦肉汤，也叫枸杞菜滚猪肝汤，这是我在广东经常吃到的汤。就像蛤蜊和九层塔，一旦猪肝与枸杞叶子在一起过，就很难再分开。我不喜欢吃没有九层塔的蛤蜊，无论你怎么炒法，都不合胃口。当然蛤蜊炖蛋除外，那是另一种做法。我也不吃不用枸杞叶的猪肝汤，但允许猪肝炒茭白。我还问过几个广东人，都说猪肝只能与枸杞菜煲汤，其他做法都不合适。

广东人煮这个汤²，有讲究，枸杞嫩枝要茎、叶分离，用手一掬，叶子就全下来了。先煮枸杞枝，用文火，等枸杞

枝出味后，捞出，放枸杞叶，煮沸后再加猪肝和瘦肉一滚，即好。这容易理解，市场所卖的枸杞菜，有些枝老，煮进汤里，吃时入口有纤维，但老一些的枝有味，所以煮出味即可，此味有一些些苦，但要的就是这个味道。我自采枸杞菜，茎叶皆嫩，不离不弃，切小段，料足即可。

自此，院中枸杞不再只是观赏植物，成了蔬菜。但一年也就在春季取一次两次，其余时节，枸杞也不会有疯长的嫩枝叶。我不知广东市场枸杞菜为何四季皆有，在我这儿，此枸杞菜真是应季时鲜。

枸杞叶还能做一些家常菜^[3]，也是在广东吃到的，像枸杞菜炒蛋，亦是美味，但双方的依偎感不强，不至于一物降一物，若说炒蛋，我偶尔还是会惦记韭黄。另外，我把枸杞叶能吃一事告诉我妈，她竟然以枸杞叶替马兰头，做了一份香干枸杞菜，淋一些麻油，也是好吃。



注释：

① 植物分类上，枸杞为茄科枸杞属灌木，属下有枸杞、宁夏枸杞、黑果枸杞、云南枸杞等不同品种。在宁夏枸杞的产地，枸杞叫“茨”，但茨其实是蒺藜，与野生枸杞有点像，一般被伐来当柴火烧。野外，枸杞与蒺藜混生，在民间也就把“茨”当作枸杞的俗名。

② 在广东，文火慢煮的叫炖，为煲汤，是老火汤。用时很短，食材在汤水中一过即熟的，叫滚。

③ 还有诸多地方菜用枸杞菜，如枸杞叶鸡汤在各地有见。另，广东梅州有一道三及第汤，也用枸杞菜，所谓三及第本是指科举殿试头三名之状元、榜眼、探花，后人把猪肉、猪肝、猪粉肠比作三及第，三及第汤就是用这三及第和枸杞菜煮的汤。这是一道客家菜。



细拍徐闻鼠耳香

黄花糰的制作方法与艾饺一样，先用开水焯一下叶子，然后捞出剥烂，与米粉或糯米粉混，传统则需要石臼里捣，就跟做年糕一样，需要一些力气。



鼠麴草

青团、青团、鼠麴草

上海人把清明节前吃的绿色的糯米团子叫青团。我初来上海时，每到清明前，见南京路、淮海路上那些老字号食品店里卖的青团，颜色碧绿，用一张塑料薄膜紧紧裹着，看上去油亮油亮，总觉得不正宗，怀疑是添加了色素，后来才知上海市面上的青团是用小麦草汁和糯米粉做的。

上海人对一些老字号店铺的青团趋之若鹜，清明前几天排队也难以买到，价格还高得离谱。据说，今年杏花楼的六个青团卖一百五十块钱，甚至网络上还出现了代购。明前青团如卖明前茶一般，我对之则是喜闻乐见。总之，尝鲜最贵，这也是一种惜时的态度。

我不习惯吃这类青团，总觉得，青团应该用艾草才对，

才与传统文化和节日习俗有一定的联系。不过艾草制作的团子颜色暗，没有那么鲜绿。在我老家绍兴，把这叫艾饺，且艾草要切碎了混入米粉或面粉之中，要看得见，并不像小麦草那样只用汁水。江浙一带向来没有吃饺子的习俗，这好像是唯一带“饺”字的食物，或许真是南北交流的产物。在制作上也的确是饺子的形状，咸的那种里面包时鲜的笋、豆干、肉等，甜的就包豆沙。在制作甜艾饺的时候，和粉时最好把糖混入。

在江南其他地方，艾饺也叫艾团，更多的是叫清明粿，往往做成球状。这个粿字，又是一个特别南方的用词。在广东潮汕一带有特别多的“粿”，比如扁扁宽宽的米粉叫粿条，澄面皮包韭菜馅儿的叫无米粿，米粉片儿汤叫粿汁，萝卜糕叫菜头粿，等等。在一些小食店还有各种粿类美食，对于一个外地人来说，看着会慌乱，不知道该怎么点单，虽然都为粿，好像是同一类食物，但又不是一类食物，需要一一试过才知，“哦，原来是这！”



这让我想起日本的和菓子，和菓子也多是面



或米粉类点心。虽然菓本是果的异体字，字从艸也可以特别表达是草本植物结的果，但在日本，团子、麻糬、馒头、铜锣烧、羊羹等都叫和菓子，在不同的地方，还有不同地方特色的和菓子，就像我们的粿所包含的一样广杂。慢慢接触多了发现，和菓子基本上等同于日本点心，只不过是甜食为主，特别甜，不像潮汕的粿，咸甜都有。吃日本和菓子跟吃潮汕粿一样，若没有专门了解过，也是猜不透的。

用艾草参与制作的清明粿有着艾草独特的气味，我不用香味一词，用气味，因为这种味道不是所有人都能接受。艾草制作前需要焯水，气味减弱，但口味依旧，市面上的上海青团则完全没有这种味道，这也是我无法认同小麦汁青团为清明前寒食的原因。当然，这只是我个人的感受，每个人从