

——江南野味的民间话本

梅酒香
螺喂喂
菜

谈正衡



目 录

第一章 春水新涨说芦篙	1
第二章 马兰头，拦路生	4
第三章 村上椿树	7
第四章 原野食绿	11
第五章 地苔皮的前世今生	18
第六章 初夏的水果	27
第七章 有多个名字的安丁佬	39
第八章 一虾更比一虾艳	49
第九章 有绰号的黑鱼	60
第十章 秦淮桥下水，口舌惜繁华	71
第十一章 田螺脚的风味	80
第十二章 漂鱼之烩	90
第十三章 被水红绫挑逗的不止是味觉	101
第十四章 臭干子更能千里飘香	113
第十五章 深藏白根的水芹菜	125
第十六章 将小笼汤包进行到底	134
第十七章 茂林檀郎春风客	142
第十八章 茶意的江南	149

第一章 春水新涨说芦蒿

芦蒿两字到底该怎么写，我真还拿捏不准。东坡诗里“菱蒿满地芦芽短，正是河豚欲上时”，这“菱蒿”当然就是芦蒿。我之所以选择“芦蒿”，是从众，随了皖江这一带几乎所有餐馆及菜场里最通行的本土化的写法。至于芦蒿读音的由来，有一种说法，早先人家养的驴生病了，就牵到江边沙洲上吃菱蒿，病就好了，所以本地人读菱蒿为“驴”蒿。读作“驴”蒿，写出来是“芦”蒿，易“马”旁为“草”头，读音也是驴头接马嘴的不变。从“户”而念“驴”音的字例，还有安徽庐江的“庐”。但无论是“芦”还是“庐”，字典上均只注一个通行的读音。或许，口音里带上地域和民间的味道，才备感亲切。

芦蒿是一种天生地长的野菜，散落在江滩和芦苇沙洲上。草长莺飞的江南三月，正是芦蒿清纯多汁的二八年华，十天半月一怠慢，就是迟暮美人不堪看了。二月芦，三月蒿，四月五月当柴烧；“听说河豚新入市，菱蒿荻笋急须拈”，就是咏叹芦蒿青春年华之不容耽搁。

入口脆嫩的芦蒿，辛气清涩，不绝如缕，正是那股撩拨人的蒿子味，让你眼前总是晃动着江滩上那一丛丛青绿。远离长江的外地人可能闻不惯那股冲人的青蒿气，吃不进口。上海人好像也不怎么吃芦蒿，但是从南京到镇江，这头再上溯到武汉，沿江一带的人都极馋这一口地道的浓郁蒿气。那是清香脉脉的田园故土的气息，是饱含江南雨水的味觉的乡愁啊。按汪曾祺说的，“就好像坐在了河边，闻到了新涨的春水的气味”。《红楼梦》里那个美丽动人的晴雯爱吃芦蒿，我猜测，长江边或许正有她思念的桑梓故园。

现在卖的芦蒿，有野生和大棚的两种。野地里现采的，茎杆红紫，细瘦而有点老气，嚼起来嘎吱带响，但香气却清远怡人；大棚里来的，嫩绿壮实，一副营养过剩的模样，吃在口里味道淡得多。有一年我和几个朋友去长江中曹姑洲玩，看到不少人家的地里都养着芦蒿。他们把长到四五寸长的芦蒿齐根割起，堆放一块，也有放沙里壅着，上面覆盖稻草，隔一段时间浇一次水，外加薄膜覆盖，进行软化处理。两三天后肉质转嫩脆，看上去饱含汁水，即可摘除老叶上市。

芦蒿炒食时，可配之以干丝、肉丝、红椒丝等，吃起来满口鲜嫩。从上档次的酒楼到大排档到家庭厨灶上，通行的都是腊肉炒芦蒿。炒锅上火，入油，投进干椒、腊肉、姜、蒜煸香后，再倒入芦蒿略煸炒片刻，调味后起锅装盘即成。很多大排档乃至大酒店都是这样的炒法，粗细搭配。青白相间，油滑光亮，绿意满眼，齿舌间都清香脉脉。不过，我更喜欢的，是只同茶干丝清炒，将芦蒿掐成寸段，清水浸去涩味，再用盐略腌，炒食时才会既入味又保其脆嫩。锅内置油，最好是土榨菜子油，而不要色拉油。油热锅辣，用干椒炆过，将芦蒿倒入锅中略煸去水分，再加茶干细丝，在锅内稍跳几下就成，若伴以些许红椒丝，那就是翠绿中抹出几笔朱红了。这种清炒，将芦蒿的本味充分体现出来，吃在嘴里，脆而香，微辣而开胃，所谓满嘴留香。最值得一提是芦蒿炒臭干子，这已是本地招牌一绝，凭借油香与旺火，芦蒿的清香与臭干子的臭味浑然一体，芦蒿因了臭干子的提携，吃到嘴里竟然是一种鲜而悠长的香——那真是可触摸到的“新涨春水”的清香。

那天在一家装饰有古典气息的酒楼里吃饭，照例上了一盘干丝炒芦蒿。正巧，包厢的壁上就挂了一幅东坡的那首菱蒿芦芽题画诗。先贤文字，流韵至今，品味起来备感亲切。座中一位朋友告诉我，芦蒿还可以炖汤，也是美味，其做法简明，就是将芦蒿放入筒子骨中同炖。咦，这我可没尝过，会是什么样味道……不过，哪一天不妨一试。

那位前额光亮得甚是有趣的老先生汪曾祺，一生中大半时间都生活在江南，向以好吃、会吃的老饕面目示人。其《蒲桥集》封面有语：“文求雅洁，少雕饰，如春初新韭，秋末晚菘，滋味近似。”夫子自况，连打比方也不离一个吃，很是让人莞尔。

汪老先生的新韭晚菘，原是有出处的。《南史》：“文惠太子问颺菜食何味最胜。颺曰：春初早韭，秋末晚菘。”春头的韭，秋末的大白菜，颺的本义是说时令菜蔬的好，汪老先生借指写作行文亦当如此，想想正是。韭菜的味道的确是春天的最美，古诗有：“芽韭交春色半黄，锦衣桥畔价偏昂。”郑板桥自况“春韭满园随时剪”，一边可心地品啖早韭，一边吟诗作画，何等的惬意！

如古人那般况味的春韭，现在是很难吃到了。城市菜市场里，韭菜一年四季都有，却是俗称的洋韭菜，肥肥壮壮，不谙风雨，在温室大棚育出来的，下锅一炒一汪水，全无韭菜的柔软鲜嫩、清香润腴。其实，早在汉代，宫廷就已经在冬天温室里培育韭菜了。《汉书》载：“太官园仲冬生葱韭菜茹，覆以屋庑，昼夜燃薪火，温气乃生。”这样做，除了韭菜是能壮阳的辛温之物外，也是因为韭菜味道实在太美……想来，那一定是形体娇小秀色可人的本韭菜吧。

韭叶似兰，同喜水气滋润，故韭菜一定要长在水塘边的畦地，方才鲜嫩水灵。早春二月，韭长三叶，不出五叶，就可割头刀韭了。割韭菜不似割人头颅，韭菜割后，浇上水肥，再盖点草木灰，很快便萌发新芽。所以韭菜割了长，长了割，一茬又一茬，地头上是接连的新碧。

但喜春韭一味香。韭菜吃的是鲜香腴嫩，须旺油旺火急炒才能保鲜，不软塌。一定要待锅里油烧辣烧得冒热烟时才下锅，最好让菜上带点水珠，热油遇水，刺啦一声，喷上一层油膜，保住菜中鲜味和营养物不致散失。翻炒片刻，搁盐，出锅。此时，葱嫩青碧的韭菜所特有的扑鼻鲜香，让人馋涎欲滴。火头不足，炒的时间过长，油少，或是盐放早了出水多，味道都会大打折扣。

可以说，只要是农家畦头新割的本韭菜，随便炒什么，都好吃。韭菜炒鸡蛋，炒肉丝，炒干丝……韭菜炒软壳米虾尤妙，将那种剪去头尾的小米虾先下锅旺油爆熟，盛起，待韭菜炒倒，再放入已是无比玲珑剔透的米虾合炒，虾鲜菜香，红绿相映，看上去就胃口大开。只是这虾为水族中助阳之物，韭在民间亦另有俗称“起阳草”，向为佛殿庵堂所忌，僧尼人众不得食，是故，此二者相促，极能调动荷尔蒙激增。韭菜炒千张，绿白相间，有着一种删繁就简的淡泊，是一般人都能拿得出来的一道非常清怡的家常菜。再如韭菜炒绿豆芽，撒上些红椒丝提味，又不掩绿豆芽的明快；在颜色和味道上，红椒丝亮艳明快，韭菜韬光含蓄，各行其道，相得益彰。韭菜炒螺蛳肉更是绝配，形似胶饴的螺蛳肉先以油和作料爆煸，再投春韭共炒……盛入青花瓷盘中，

碧绿的韭菜里，近乎黑色的螺肉星星点点，像是散落田野里的牲畜，让人宛如欣赏一幅江南水乡风俗画。

第二章 马兰头，拦路生

秋韭亦美，不逊春韭多少，是以民间有“两头鲜”之谓。夏天的韭菜较老，但夏韭长出的娇嫩花梗，切成寸段炒肉丝，或炒那种柔韧的茶干细丝，风韵别致。而汪曾祺老人却说，韭菜花要配小羊羔肉吃才好，且考证出这是《诗经·小雅》那个年代就推崇的吃法，继而又牵涉出了一个与黄庭坚书法相关的“韭花帖”，也算是雅人言雅事了。

清新宜人的早晨，露珠梦幻般晶莹跳跃，去小桥流水边的菜地里掐那刚刚打苞的花梗，心情自然是无边的好。开了花的韭菜，更有女性气息，娇娆别致的细碎的小白花，被亭亭纤腰的修长花梗托举着，像小姑娘仰着乖巧好看的脸。

关于韭菜的诗句，最值得传诵的，大概还是老杜的“夜雨剪春韭，新炊间黄粱”吧。品诗论文，感慨世道，一夜春雨方歇，灵动的水珠还挂在草叶尖上，鲜嫩的春韭刚从菜园里割来，新获的黄粱米饭已焖在锅里，正热腾腾香气四溢……春韭的鲜润，加上故人老友の殷切情谊，让亡命乱世的大诗人所获得的无限安慰，足以穿透千年历史烟云直抵我们而来。

只是我们无从得知，唐代用刀“剪”韭是怎么个法子。

春天之美，在于地气上升万物生发，若能将春色移来餐桌上，春色亦无边。所以，春天的当令野菜多吃一点，不仅调剂口味，而且还能调节出好心情。

呦呦鹿鸣，食野之苹。这里的“苹”，就是艾蒿，是春日最具乡土情怀的野菜。说道诗经，那真是每一页都长满了荠、蕨、薇、蘩、甘棠、卷耳、苕菜的芳草地，而《诗经》时代的《鹿鸣》，便是宴会宾客的诗啊。所以，就我来说，对家乡最深切的体会，莫过于家乡春天野菜的味道了！

早春的当令野蔬，首推马兰头。马兰头，正是一种旺生于路旁的艾蒿类菊科职务。“马兰头，拦路生……”这是存于明人《也菜谱》里

的俚语歌谣。江南的初春，乍暖还寒。但一场春雨后，几乎是一夜之间，芳草连天鲜碧，一丛丛一簇簇茵绿翠嫩的马兰头，在田野，在路边，在沟渠旁，破土而出，遍地都是它们绿得鲜亮的生机勃勃的身影。要想咀嚼一下春天的味道，那就带上小铲或小剪采挖马兰头去。采马兰头，又叫“挑马兰头”，轻拢慢捻摸复挑，一个“挑”字，该让人相见多少春野上的轻盈风姿。

雨后初晴，异常鲜肥的马兰头嫩绿的叶子上还挂着晶莹的雨珠，真正的青翠欲滴，而它们幽幽淡淡的红茎就在柔柔的春风里轻轻摇曳着。走在田埂上，各种野花迫不及待入望中，你会觉得春光格外妩媚。你不得不相信，春天真的来了！便断续忆起了陆游的诗：“离离幽草自成丛，过眼儿童采撷空；不知马兰入晨曲，何似燕麦摇春风……”

一两个时辰的采撷，把盈筐盈袋的沾满田野气息的马兰头提回家，倒在地上，仔细地择去老茎、杂物，只留下一二叶嫩头，洗净，入沸水中焯去涩味，捞起过凉水冷却，挤干余水，切碎。取几块五香茶干切碎拌入，加糖、盐、味精，淋上适量酱油、香醋，拌匀，浇上香喷喷的小磨麻油，倘是上盘之前再撒上拍碎的花生米，碧绿色中点点洁白，岂止是赏心悦目……还没吃，那原野的味道早已飘入口中。待夹一筷尝尝，满口清爽鲜凉，掩映着那种惬意舒畅的微腥的泥土气，宛如久已熟稔的轻声呼唤撩拨着心扉，仿佛这就是人间最美的吃食了。如果将马兰头和春笋嫩头一起焯水切碎，拌上臭豆腐干，就着此菜喝啤酒，品味这舌尖上那种涩涩麻麻的沁凉感觉，怕只有傻笑的分……就是拿鱼翅来换亦不肯了。

不喝啤酒，之一碟马兰头喝稀粥，清平淡泊，有滋润皮囊，一啄一饮间，也是人间的至味了。以我的经验，凡凉拌菜，食前放入冰箱略加冷处理，会更加入味。特别是酒宴场伤了脾胃，隔宿早上，最宜凭此调养了。袁枚在《随园食单》中写道：“马兰头摘取嫩者，醋合笋拌食，油腻后食之，可以醒脾。”

《蔬食斋随笔》中引用过一首明代五言古风：“马兰不择地，丛生遍原廛。碧叶绿紫茎，二月春雨足。呼儿竞采撷，盈筐更盈掬。微

汤涌蟹眼，辛去甘自复。吴盐点轻膏，异器共畔熟。物俭人不争，因得骋所欲。不闻胶西守，饱餐赋杞菊。洵美草木滋，可以废粱肉。”从马兰头的形态、生态、采集、烹饪、滋味、评价乃至诗人的感慨，都描绘得很有情趣，特别是“洵美草木滋，可以废粱肉”一句，大有代马兰头立言的意味。

想古人吃野菜肯定没有这么多的讲究，古人吃野菜很多时候是为了饱腹。马兰头经常得到文人墨客的赞美。袁枚说家菜不如野菜香，这是套用了那句“家花不如野花香”。有人调侃南京城里打着野蔬招牌的馆店之多：“南京人不识宝，一口白米饭，一口草。”吃腻了家蔬，再换口味尝尝应时而生的野菜野“草”，苦涩中见甘美，要的就是那种来自原野的清新香远。

去年的初夏，陈平原来安徽师范大学讲学，我去听了一下。据说此前陈平原曾去开封讲学游历，在那里吃了柳絮，这位学者就当场给取了个很浮人心动的名字“月上柳梢头”。但中原人却不待见，要知道历史上他们吃柳絮却是一点雅兴与情思也没有的，全是因为生存艰辛，才以菜度日。确实，早期的先民野菜肯定没有这么多讲究，那时野菜多半是用来饱腹疗饥的。汉乐府《十五从军行》里有“舂米持作饭，采葵持作羹”，据汪曾祺老先生考证，“葵”乃是野苋菜，当年的士卒们就是吃着这粗鄙难咽的野菜去效命疆场。古书上说，礼失求诸野——上流社会礼坏乐崩，道德水平严重滑坡，那该怎么办？就去民间开座谈会，寻找古风雅韵以正世道人心。应多去乡野走走，去民间访访，找几个老头来哼哼唱唱，餐桌上弄点环保的青草气息回归自然……

香椿树，不只生长在江南，但水软风轻的江南，生长的肯定是最动人的村上椿树。香椿树是树中丰仪伟岸的美男子，树形挺直，材质深红油亮，纹理清爽动人。春天里枝头长出最美味的叶芽，初夏天，它们飘着细碎白花的浓荫会撒满南方村庄所有的院落。

当年，外祖母家的老屋前，有两株同根的腰身一般粗壮的香椿树，连体并立于竹篱笆边的院角之间。每年春天的雨水之后，阳光下，它

们就一起摇动着满枝头乖巧的红叶儿，在四月的熏风里骄傲地生长呼吸，空气中流溢着一缕缕青涩的香气。

每逢冬去春来，布谷鸟一叫，沟渠里流水哗哗，满乡野都是阳春动人的微笑，远处一重一重的山峦，显得空灵而遥远，林间、宅边大大小小的香椿枝头开始喷芽。三五日春风一吹，那些曲屈挠弯的芽甲从紫褐色的绒层里争先恐后地钻出来，舒展嫩叶，在饱含水分的阳光照射下，远远望去，满树像燃起嫣红的火苗。姑娘和孩子们便可拿起竹竿和顶叉欢声笑语“打椿头”了。

树上长出来的菜，临风流韵，恣意高扬，肯定很有点另类，不会低调随俗。香椿头那股冲冲的窜窜的清气，败火功能超强，尤能令人身心为之一快。将香椿头洗净投开水一烫，切碎与豆腐凉拌，浇点小磨麻油，不待举筷，那动人的色香味早已由眼底飘入口中了——诚如汪曾祺所谓“一箸入口，三春不忘”。一盘雪白的豆腐片，中间码一小拢碧而细碎的凉拌香椿，在油荤很大的宴席上见到这样一道返璞归真的菜，那会叫人神情和口舌都为之一爽！而香椿炒鸡蛋，无论是草根的灶间还是豪华食府，都是最通行的菜肴。只是在食府里称做香椿头涨鸡蛋的，于其中增添了肉糜，有时还加上剁得极细的茶干，以重油煎得丰满鼓胀，味道真是没的说。

第三章 村上椿树

在早年的记忆里，外婆有时会将我采来的香椿头切成细丝与煎黄的蛋皮同拌，码在白瓷盘里，淋上熬熟的菜子油，盈绿轻红间着灿黄的一盘端上桌，不说吃，光是看，要多养眼有多养眼。嚼一口这样的香椿头，让清气在嘴里缓缓蔓延，那感觉就像把春天含在嘴里，一点点地品味消受……即使是童稚的心里，也溢满了馨宁生活的安怡与美好。

与我们邻近的泾川那边，当地人将香椿头当做小葱茺荳那样用来提鲜去腥气。比如煮鲜鱼汤，撒上点香椿嫩叶，吃了鱼肉之后，那鱼汤，你还可以连喝两大碗。徽州人离乡出外，所带的干粮中，就有香椿馃，又叫盘缠馃，吃着这样的馃，千里万里不忘家园。而一种极具

乡土风味的“香椿面鱼”，则有点情同恶搞，是将嫩 V 香椿头洗净，沥净水分，在调好的面糊中没头没脑地拖一下，披披挂挂地投入热油中炸成金黄色，有着非同寻常的咸酥脆香，绝对比西餐馆里挂浆炸出的番茄生菜好吃多了。因为是整支香椿头炸成后，支张似鱼形，故有此名。

雨（谷雨）前的椿头雨后的笋，打椿头是非常讲究时令的。故乡的谚语有：雨前椿头嫩无丝，雨后椿头生木枝。故乡人只打侧枝和旁逸斜出的将舒未舒的芽叶，而不会去碰主枝顶端的壮实椿头。打下的椿头一时吃不完，外婆就晾干腌起，放入吸水坛子里封好，不管隔多长时间打开，都是那样壅香绕鼻，甚至连颜色都没有多少改变。

人们常将太和香椿推为极致。太和著名的香椿品种有紫油椿、黑油椿、红椿和青椿，又以紫油椿质量为最。相传唐时紫油椿曾专做贡品，每至谷雨前后，驿道上的快马驮的就是上等紫油椿芽，昼夜不停飞驰长安。真是一骑红尘妃子笑，无人知是“香椿”来！犹如环肥燕瘦都是美丽的哀愁，我不知道故乡的香椿是什么品种，只知故乡的香椿全部是嫣红的叶，油亮的梗，据说那是布谷鸟啼出的血溅在上面染成的，因为布谷鸟总是喜欢停在高高的香椿枝头悠长啼鸣，一声声传播春的消息。

有时我禁不住想，一个人对一方故土食物的喜爱，这同他个性的形成，会不会有直接的关系呢？我是一个有点诗性清扬的人，风来雨去，云卷云舒，每当我把乡情当做美食一起享用时，便总是止不住想起一些与我一同分享过它们的逝者。故乡的风味和流韵，如同一张旧唱片，它在我心的深处缓缓转动，风一样把我托起……

脆嫩鲜美的春笋，趁着三月春雨绵绵的湿润，破土而出，成为盘中佳菜。因为它是春天的，吃在嘴里，自然就是春天的滋味了。

一夜春雨，笋与檐齐，是说春笋蓬勃向上，长得极快，故春笋必得适时而食。采春笋，挑那些刚钻出土层笋壳嫩黄的，才特别好吃。笋的节与节之间越是紧密，则其肉质也就越为嫩滑爽口。圩区不产毛竹，所多的是水竹、油竹，还有雅称湘妃竹的斑竹。前二种竹，笋皆

味美，唯壳上布满麻点的斑竹笋，乡人喊做麻笋或苦笋的，苦不可食。下雨的时日，竹林里薄雾缥缈，刚破土的笋尖上挂着晶莹的水珠，清新无比。这就是“雨后春笋”，其鲜嫩清雅，可想而知。采笋时，瞄着五六寸高的新笋，脚稍一踢，啪一声就齐根脆脆断了，虽是省事，但留下白嫩的一截在土中殊为可惜。通常是拿小铲贴住笋根斜着往土下一插，再拈着笋轻轻一提就行了。剥笋时，将笋竖割一道口子，约划至笋肉，从下到上完整地掀去外壳，笋不会断裂，切出来是完整的条状。

其实，最好吃的，是那种青润的小野竹笋。小野竹叶细枝韧，多长在荒寂无人处，如圩堤、坟滩上，混杂于野草荆棘中。其笋稍迟，约在四月初的春深时钻出地面，恍如青玉簪，剥尽外壳，细伶伶一小条，那种绝世的不染纤尘气质和清雅脱俗的纤纤体态，会令你观之动容。我尤喜爱小竹笋切段同肉丝一起炒咸菜，若是再点缀些青莹莹的蚕豆瓣或是圆润的豌豆粒，那真是活色生鲜了。

“长江绕郭知鱼美，好竹连山觉笋香”，是东坡的诗吧。数年前，我应朋友邀请，去九华山下一个叫茶庵的地方探访民间学人也是制茶大师赵恩语，在那里住了两三日，餐饮山珍，无食不笋。笋是毛竹笋，肥大壮硕，底部割断处有汁液渗出，非常新鲜。剥净栗色厚壳的笋，白中稍透着一层隐隐青碧，切成厚实的滚刀块且焯过水，与肉红烧，或携上小排骨并加入腊肉同煮，无须任何调料，肉烂即食，大钵大碗端上桌，满屋子升逸着馋人的香气。期间，我们下到龙池大峡谷的陡坡上看野茶树，方才发现如同我老家的那种小野竹无处不有，只是在崖沟石罅间更显茂盛。春风吹拂，杜鹃花开子规啼，小竹笋从漫山遍野的灌木荆棘丛中探出头来，满眼皆是。我们住的那家，白天大人采茶小孩扳笋，留下一个老阿婆坐在门口的竹椅子上剥笋壳。她将笋先撕出一点皮，往食指上一缠，三绕两绕，就成一支脱去外衣的苗条嫩白的净笋。剥满了一笕箕，就端过去烧一锅开水焯一焯，赶太阳晒出去。竹树四合的林间，一声声鸟鸣清幽。

应时而至的春笋，其本身的味道已是鲜极，无须多加调味，便能充分领略其腴嫩清新的本色。春笋越往上的部分，肉越是嫩，到了笋尖上，连壳也是嫩得一碰就碎。春笋烧肉丁是最简单的做法，将笋用刀拍松，切成丁，油锅烧热，入锅煸炒至微黄，即加入事先已烧入味的半熟肉丁、酱油、糖，续上水，小火烧至汤汁收浓即成。其色泽红亮，鲜嫩爽口，略带甜味，虽是家常味道，却百吃不厌。若是花点心思，也可现学着做道春笋炒腊肉，腊肉切条，放水煮到肥肉呈半透明状盛起，然后把切片的笋在锅中煸香，再放进腊肉同炒，加红辣椒丝和青白蒜，加盐、料酒、鸡精，就成了。春笋的吃法，可谓荤素百搭，炒、烧、煮、煨、炖都各有风味。浙人还把笋放坛中发酵制成霉笋，炖汤喝。

笋子好吃，大多情况下却处在配角地位，仿佛清新的小家碧玉，虽居于一隅，安宁沉静，却让你怎么也难以忘怀。同时，不事张扬，是那种淡泊出尘的意境，又略带几许文人清苦的气质。我家客厅挂有一幅朋友赠的郑板桥的诗：“江南鲜笋趁鲥鱼，烂煮春风三月初……”如今，长江鲥鱼已绝迹多年，但这并不妨碍我对鲜笋鲥鱼的钦羡神往。这些年，每至春深时，我总是要买来“江鲛”——又称“鮰鲛”，做一款春笋鱼，也别有一番滋味。锅中油热，鱼煎香，加高汤，大火烧开，放姜、盐、味精，小火焖至鱼酥油出，投入切成滚刀块且焯过水的鲜笋，烧到汤汁收浓即成。品入口中，鱼腴厚春笋嫩脆，加上那种清香绵绵的笋味，仿佛咽下去的就是氤氲在时空深处的湿润诗情。

春笋还有药疗效果，儿童患麻疹、水痘，就喝点春笋鲫鱼汤，让体内邪气散发出去。若能事先将鲫鱼抹上盐和黄酒腌一会儿，爆香姜片，将鱼略煎一下，这样汤容易变得牛奶一般白。再加水，放入春笋，烧开后转小火煮，起锅前放点胡椒粉、葱花，那就是绝美风味在此汤了。

第四章 原野食绿

春笋的前身，是“金衣白玉”的冬笋。与春笋相比，冬笋嫩白，尤显少不更事的甜美香鲜，因此越发招人怜爱。林语堂说他自小最爱吃的菜，就是“冬笋炒肉丝，加点韭黄木耳，临起锅浇一勺绍兴酒，那是无上妙品——但，一定要我母亲亲自掌勺”。而在袁枚《随园食单》里，收录有冻豆腐一道佳肴，就是用豆腐加鸡汤汁、火腿汁，以及香蕈、冬笋久煮而成。李渔则称冬笋为“素食第一品”，甚至认为“肥羊嫩豕，何足比肩”！

本世纪初，我在竹乡广德一处农家乐山庄，被人招待尝过一味冬笋名吃：将冬笋连壳埋入红炽炭火中，烧焖出香味，剥下笋肉，以辣酱芝麻油和葱姜汁蘸食，味道热烈，风格独特，记忆颇深。但其奢侈的程度，却令我至今犹存愧疚……

春深又一年，一支支碧玉簪般的新笋透土了，漫山遍野浮升着蓬勃绿意。老阿婆大约又是坐在门边的竹椅上不紧不慢地剥着笋壳，从春笋一样的年华起，每年春天都要这般的在盈耳的鸟语里剥笋晒笋，否则，春天就没有来过。

早年曾是乡村赤脚医生，那时进山采挖中草药，常能随口啖到黄精、首乌、百合、茯苓，吃下这些甜糯生津又气血大补之物，多半是为了疗饥，而非什么“药膳”和“食补”。但凡做过郎中的人，由其经验，终归是容易悟及口腹之道的。

有一种功能润肺养肾的常用中药，叫天门冬，是时下人们爱养置在案几庭院类似文竹的观赏植物，花卉市场有出售，但它们的最佳生态，却是竹树林中那半人高的一丛丛、一蓬蓬青郁苍碧的身影。每当春二月里，它们令箭状嫩茎就蹿出地表，待尺把长时掐下，切寸段与腊肉同炒，恍如青玉簪，入口腴嫩清脆，那种滑腻腻的鲜味，有吃冬笋和扁尖的感觉。

古人谓诗僧清雅脱俗的文字为“有蔬笋气”，盖笋之为物，本身无味，以清胜。故乡野地里，春日多小竹笋，只小指头粗细，剥去绿壳，水汪汪地泛着白灵鲜嫩的光泽。先将小排骨、咸腊肉加水同煮，文火

出味，投以笋，未几，即有动人香气缥缈升逸。此汤无须任何调料，肉烂即食。丰腴清雅，甚是脱俗。

还有荒郊野岭常见的白茅草的孕穗，把它从叶鞘中抽出，掐去老梢，与春螺及火腿片同炒，黑白红绿，妙在荤味厚而醇香悠长，素味清而淡远甜悠，口感层次分明，犹如往返于红尘净土、闹市幽谷。茅草的根，莹如白玉丝，清纯甘美，生血活血，过去产妇必以此炖老母鸡补身子。

野蔷薇的嫩茎，俗叫“刺玫苔子”，也是春二三月里由老杆或地下根抽出嫩茎，可达竹筷粗细，颜色有青有暗红，掐下来，撕去连叶带刺的表皮，径送口中，甜丝丝的很好吃。我试过将其与用绍酒、老抽油等调料腌渍少时的精里脊肉丝同炒。注意不要走火过老，待肉丝半熟收汁，少量勾芡后，投入切段的嫩茎，大火爆炒几下，收拾到青花瓷盘里，葱绿红黄，条是条段是段，鲜亮明洁，着实赏心悦目。

“五月蔷薇处处花”，蔷薇的变种俗称粉团蔷薇的“七姐妹”、“十姐妹”，还有被喊做“月月红”的月季以及大名鼎鼎的情人节玫瑰花，都是一个近亲系列，按药食同理的说法，它们都有活血散瘀、拔毒消肿之功效。种植月季、玫瑰的花坛中，每年春天都是要冒出的嫩茎，应是都能作上述处理的。这些嫩茎也可投入沸水中焯一下，捞出挤干，切碎，拌以细盐、鸡精，上老陈醋和小磨麻油，极是雅致可口。

马兰头和枸杞头，前者贴地生长，后者则是篱笆上一种小灌木抽出的嫩芽，都可用水焯了同臭干子或香干子一起凉拌，佐酒甚妙。至于野豌豆苗，据说就是《诗经·采薇》中写的“采薇采薇，薇亦作止，曰归曰归，岁亦莫止”里面的那个“薇”，也叫作翘摇，采回来，稍经盐搓揉两下，投爆油锅中急炒，有股子动人的清香味。这可是喂养过伯夷、叔齐的薇呀，许多女子都以它作了养眼的名字呢。

饮木兰之坠露，餐秋菊之落英；只要无毒，无怪异气味，一般花花草草、茎茎叶叶都可入口。像南瓜花、广玉兰花、莲花，还有摘除了花蕊的杜鹃花瓣，都可用开水烫过后切碎炒鸡蛋，或是裹了面粉油炸了吃，甜津津的很香。气味稍重一点的，不妨先用水焯一焯，亦可

去掉有毒害成分，比如通常所知的鲜金针菜必须经沸水氽，就是这道理。另外，在炒野蔬时，喷上一点烈性白酒，既可去除草腥味，又能让野蔬看起来更加鲜碧。一般说来，果、茎、叶、根只要有一可食，植株其他部分亦可放心食用。像茭白的嫩鞘，老早我就炒食过，没想到眼下菜市上有现成的整把卖，且给取了个新鲜名字：茭儿菜。还有俗称“藕肠子”的莲藕的气根、野菱和鸡头梗，好生调理起来，会让你有水气氤氲之感，仿佛身在莲塘菰蒲间。地姜，又叫洋姜，根子上长的块茎像生姜一样，也是黄黄的，撕下一层薄薄的皮，里面是白白的肉，咬一口，脆脆的甜甜的，鲜滑无比。至于俗名“猪脚筋”、“小鸡蒜”（我至今也没搞清其学名）的地下营养根茎，用来做汤，因富含淀粉而滑糯甜润，不比“吴中莼羹”差多少！

数年前闹“非典”时，有食坊做广告推出鱼腥草时尚食疗系列菜。鱼腥草，因腥气太烈，又名臭草，叶卵状心形，初夏开小白花，是稻田里最常见的有害杂草。药性功能杀菌杀病毒，排脓解毒，主治肺热咳嗽气急。其入膳，肯定得经过某种独到处理，相信食后果能使人肺腑之内有清气浸润，鼻息之间有馨香弥散，连眼神里也会生出别样的淡远与清亮来。

“夜雨剪春韭，新炊间黄粱”，是古清流雅士的餐饮极致。寻访野蔬，药食保健，且吃出一种情调，已成当今饮食文化的主流。口腹悟道，应不以迷于正味为是，恭承祖训与暴殄天物一样早已不够体面和雅致了。有句老话：三辈子学穿，五辈子学吃。想到“食不厌精”和“割不正不食”，觉得圣人孔老先生未免太刻板乏味，太书呆子气了。其实，人间美味，朵颐称快，抑或没有清心明目、回肠荡气之空灵，至于通常所谓齿颊留香、回味不绝那层意思，只是美食的寻常层次上的感受。话说回来，五荤伐性，食家本色，馋咬舌头饿咬腮，升斗小民未必能吃得来乾隆爷的“燕窝黄焖狍唇炖石鸡”。

莴笋是土名，书上规范的称呼是莴苣。

我去乡下，最喜欢往菜园里转转。春天里，一畦畦莴笋列队一样齐崭崭的，比别的菜要高出许多。打眼望去，莴笋最为嫩绿，旁边生

长着大蒜和起薹的芫荽，但谁也比不上莴笋那般宽衣大裳高身架。莴笋绝对是菜园里的模范生。

莴笋分为叶用和茎用两类。叶用莴苣又称生菜，在西餐店里吃三明治汉堡或炸薯条什么的，常吃到这种叶面曲卷打皱的蓬松绿叶菜，脆而微甜。我们通常所说的莴笋，都是食茎的，而且确实呈笋状。削去皮的莴笋，清澈而诱人，像绿的翡翠，嫩且有玉质的透明感，有时感觉更像梳妆好的女人，清新可人待人品味。

莴笋作菜肴，可荤可素，可凉可热，碧绿盈盘，口感爽脆。将莴笋斜切成菱形条块，在油锅中焖炒，略加食盐和豉油少许，乘热进食，用筷子夹起柔软嚼在口中，味极清隽。莴笋切成细丝，腌数分钟，滤掉汁水，根据自己的口味加入适量的盐、麻油，一道淡甜脆嫩、爽口怡人的凉拌莴笋丝就做好了。有的时候，我也将莴苣笋切成薄片，加上肉片和少许胡萝卜片同炒，就有点精致的味道了。猪肉切好装碟子里，略略洒点水，抓一撮淀粉拌匀，投油锅里爆熟，起锅装盘，备用；再将莴笋炒至半熟，放一些蒜段，投下些肉片合炒，莴笋和肉的味道都很浓郁，很清爽。

吃莴笋，选叶子油亮或有紫脉的那一种，叶子灰白的，似乎苦一点。油亮叶子的莴笋，清苦里有丝丝的甜。

二十多年前，我在青弋边的西河小镇上当中学老师，春天的时候，小镇郊外连片的菜地里，长得最动人的就是那种紫红叶子的莴笋。而学校食堂供应最多的便是各式各样的炒莴笋，有的和肉片同炒，或佐有青蒜和青的红的辣椒。莴笋有清明的色泽与质感，微红的肉片杂陈其间，就是我的清苦生活中最动人的味道了。那样的日子里，常看到食堂胖胖的赵妈坐在树荫下削莴笋，拿一把刀紧贴莴笋根部削入，捏着莴笋皮向前扯，一会儿工夫地上堆了老高的皮。有一个姓鲁的家在外地的教师，老是用自备的小煤油炉子做一种放了很多醋的猪肝溜莴笋片，再炸一小碟花生米，斟上二两白酒，听着窗外噪晚的八哥和麻雀唧唧喳喳凌乱的叫声，悠悠然地慢慢品饮，有时也叫上我。那条被人喊做“老汪”的很瘦的黄狗，就卧在一旁，满脸讨好地看着我们。在

那个小镇上青草疯长的春天里，莴笋便代表了一种心情，宁静，悠远，散发着微微的清苦。

莴笋以食茎为主，很多人将叶子抛弃，很可惜。其实，莴笋靠梢头的嫩叶子，经水焯一下，烧热油，放锅里速炒，搁点辣的豆瓣酱，若是在上面浇上点带渣的臭豆腐卤水，就成了极有风味的季节性家常菜。也可以烧热油锅后，将红辣椒和蒜末煸香，再把莴笋叶放下去，嚓的一声，搁点盐，这么炒出来，比馆子店里的油麦菜有味道得多。莴笋叶切碎与豆腐同煮，也别具风味。

吃不完的莴笋腌起来，太阳底下晒干，装入瓶子或罐里，要吃时，切成碎丁，炒或不炒都行，滴几滴麻油，蘸点辣酱，咬在嘴中脆蹦蹦地响牙……就着喝粳米粥，不留意就吸溜两碗下了肚。

别看莴笋身架大，脚底下却没有多少扯扯绊绊的根系维生，稍一扯就起来了。莴笋主要靠宽大的叶片进行光合作用吸收营养，若叶片太密不透风，地气湿热的暖春天气里，根部经不住烘捂，常会湿漉漉烂秃了桩，顶部承接阳光的叶片虽仍在疯长，但轻轻一碰，就软倒下来。到了初夏，莴笋的茎逐渐伸长和膨大，叶顶长出头状花序，花黄色，果褐或银白色，外面包着的冠毛，能像蒲公英那样被轻轻吹起飘向不确定的远方，充满了芳菲诗意。

莴笋是外来菜，我不知道它是否在唐之前就移民过来了，反正杜甫是很馋吃莴笋的，当年穷困潦倒困居夔州时，买不起市上很时尚的高价莴笋，就满怀希望在地头撒下种子，却只有野苋满地，心心念念的美味绿菜并不见长出来，于是写下《种莴苣》一诗以宣泄悲愤。不过，这老杜倒是远比西方童话里那个怀孕的女人好，那女人隔墙看见人家园子里莴苣叶碧绿诱人，口里实在馋不过，丈夫无奈之下跳墙偷来给她吃，由此铸下大错——那莴苣是巫婆的，受了挟制，孩子生下来便骨肉分离，被巫婆抱走了。

早年辅导儿子读《格林童话》，有《莴苣姑娘》一篇，内容与《灰姑娘》相近。后来我无意中看农业资料得知，西方本土的莴苣，都是那种食叶的生菜。而莴笋这个名字，品咂出的是地道的江南风味，也