

扁食：江湖故人

□陈文波



白菜情结

□林万春



有油白菜、小白菜、洋白菜……俗话说：“种一季，吃半年。”收获季节，最讨喜的还是大白菜，又肥又大，白里泛青，层层裹裹，一棵棵胖白菜往家里搬，就像抱回一个个金娃娃。都说春节前卖价好，城里人储冬过年，萝卜白菜当家品种，论堆买，一挥手，不好不要钱。

那年头回城度假，母亲常给我包饺子，我好面食，“好吃不过饺子”，举凡种种，饺皮擀得纸薄，白菜肉馅的最好。榨干的白菜叶子绵绵软，切碎碎，拌上姜末、葱花和香油，肉可多可少，再不然换上虾仁、香菇也凑合，总之一款白菜可少不了，唇齿留香。二老过世多年了，此味仍不能释怀矣。还记得父亲会些潮汕菜，拿手的“醋熘白菜羹”，也就一会儿工夫，麻油、香醋加薯粉勾芡，热锅快炒，上桌撒几段绿葱，就像变魔术，酸酸甜甜的，立等可食，让客人大快朵颐。父亲说了，别小看此菜一介布衣，需要时出场，是大雅之俗、浓后淡。戏台上，跑龙套的小人物往往也能出奇制胜呢。

世事无常，人间祈求多福。父亲常说：“无多也，萝卜白菜保平安。”近些年，我到同安瞻仰山堂，见过苏颂水运仪象台模型，也看了苏公《本草图经》，洋洋洒洒，深入浅出，百种百味，样样实用。苏颂不仅是一位天文学家，也是伟大的药物学家，享誉全世界。慧眼识珠，亦菜亦药，苏公看上菘能降火，考察了扬州白菜，认真嘱咐后人：“扬州有一种菘，叶圆而大，啖之无渣，绝胜他土者。”虽是一款家常菜，却能“利肠胃，除胸烦，和中止咳”。善哉，苏氏大宋五朝元老，满腹经纶，一身正气，史载“虽贵，奉养如寒士”，一向简衣陋食，严于律己。芦山堂里，我想起家乡大白菜的正能量，不为奢，在于廉，平平淡淡，淡而有味，一青二白保平安。

“百菜不如白菜”。我国是大白菜的故乡，至今有六千年历史，“晚秋寒菘”一向脍炙人口。古文的“菘”即白菜，苏东坡有诗云：“白菘类羔豚，冒土出蹊掌。”田园诗人范成大有“味如蜜藕更肥浓”的绝句，几番提到乡间佳蔬助清欢。擅长彩墨的齐白石，多次抓住白菜嫩白、葱翠的特色（一青二白），画出一派生机，清新可爱，还不惜在画中点赞：“牡丹为花王，荔枝为果王，菘乃菜王也。”

20世纪70年代，我在家乡插队锻炼，一到冬夜闲无事，几位交好的农民哥相聚，七嘴八舌，说古道今，说累了，最后的节目就是买白菜。一人主厨，几位助手，圪上买的嫩豆腐，青白交汇，热腾腾一大锅，蘸上新鲜豉油，鲜美无比，至今余味在喉。一川沃土肥得出油，村里家家种白菜，

大年初八，我和妻子打点好行装，在落日西垂时，告别父亲母亲。此时，年节的烟火慢慢淡去，只有小村的心事在静静言说。

车子后备箱里装着满满的东西，除了衣物用品外，还有母亲早已准备好的蔬菜、肉蛋等，这些都是她和父亲辛苦种养的。每次回家要离开时，她总生怕我在城里会饿着似的，恨不得把所有好东西都塞满后备箱，边装边解说：“这一袋菜是刚摘的，你要抓紧煮，那排骨晚上到家了就炖了，那些土鸡蛋是母鸡刚下的，每天早上蒸着吃……”其实这些话，母亲在上午打包东西时就和我提过了，临别时，还是不厌其烦地叮嘱着。

母亲对我呵护有加，作为独子，从小到大我都感觉和其他同伴相比，得到了更多的关怀。高中求学，远在区里就读，离家五十多公里。交通不便，加之课业繁重，每月回家的次数少。然而，每逢未能回家的周六，我都能等来父亲母亲，他们是骑着摩托车来的。除了惯常的嘘寒问暖，还带来一如既往的一份补品：母亲炖制的鸭汤。汤是用不起眼的保温罐装的，母亲每次怕汤在颠簸的路途中溢出来，特意在外头加了两层袋子包裹，捆扎好后，才放进手提袋中，然后一路环抱着手提袋，携着许久未见的牵挂，坐在后座上，和父亲下山而来。

起初解开那个保温罐，我觉得母亲这样的保温方法效果不佳，而且还要一层层拆解袋子，实属麻烦。后来，我竟习惯了这样的解法，每次从母亲手中接过沉甸甸的罐子，就会欣喜地按部就班，让罐子露出“庐山真面目”。每次打开盖子，我都能看见升腾的余温，伴着父亲母亲讲

母亲的鸭汤

□杨跃强



述这段日子家中茶叶采摘的光景，一口一口啜饮这远道怀抱而来的甘甜以及一路风尘仆仆的想念。我想，母亲可能早在喂养雏鸭时，就已经想着日后在我苦苦学习、未能归来时，炖制好鸭汤，为我送来一份他们的关怀；我想，母亲一定是紧紧环抱着那个保温罐，她可能觉得在颠簸的路上行进，再没有比这更好的抱罐方式了。

车子行驶在蜿蜒的山路上，空气中弥漫着山间青草和泥土的芬芳，我深吸一口，绵长轻舒。方才离别母亲，我已惦念起她的叮嘱，还想起她和父亲往昔寻我的跋涉。此时，我问青山，青山不语，唯有天边霞光璀璨。

感分明。如今，绞肉机的使用将从业者从繁重的打肉剁馅中解放出来，大大提高了效率，也让两个流派有了融合的趋势。

毕竟吃多了沙县扁肉，大家也会怀念丰富多彩的本地扁食。

比如，福鼎老街上有家黄记馄饨，五代传承，店里别无他菜，只卖一碗馄饨。皮薄馅多，酸辣口味，最妙是那一勺葱头油；

厦门的赖厝厝扁食嫂，一家有故事的老店，躲在大同路上，低调得不像话。他家不连锁，不加盟，别无分店，狗虾上市时，鲜虾扁食不可错过；

在建阳水吉，我吃到一家没有店名的扁肉。一眼望去，这家店的生意最红火——打肉的木槌就在店里，扁肉脆而弹牙，搭配一块水吉的光饼，很过瘾；

寿宁的武曲镇，一条街都是扁肉店，同行就在边上，谁也不敢偷工减料，“隔壁的福安人常常开车过来吃，就为了一碗扁肉”。慈善善目的老太太说，店里的扁肉笑开了花……

还有福安穆阳的扁肉，精妙之处在于臊子，这里的扁肉，像极了馄饨面；连城大桥头的扁食，皮薄肉多，上桌还会加一颗特制的卤蛋……此外，还有很多的扁食店，我从他们的世界路过，他们回馈我美好，恰如江湖故人，相逢何必曾相识。

有人总喜欢说，历经千帆，归来依旧少年。扁食也一样，当各种口味都尝遍，你总会想起家乡楼下的那碗扁食。

那是故乡，是青春，是回不去的点点滴滴。

艾香

□张香梅



会比较松软可口。艾草干用石臼捣碎，加入一定比例的米粉，揉成碧绿色的面团。包入各种想要的馅料，边缘捏拢，揉成圆形，然后用竹叶包裹，再放进蒸笼蒸熟即可。

每次一做完满满一屉的清明粿后，我就已经迫不及待要尝尝味道。当打开蒸锅时，一阵阵热气夹杂着清明粿特有的香气袭来，我总是能先人一步，狠狠地来上一口，留下一个大大的嘴印，顿时香味儿一股脑儿被吞进肚中，那真是人间美味。

因为家人口味不同，外婆总是会包成咸艾草粿与甜艾草粿。咸艾草粿，馅料一般加入鲜五花肉、豆腐干、春笋、蒜叶等；甜艾草粿，则可以准备适量的白糖、花生、红豆、芝麻。咸艾草粿存放的时间比较短，适合现吃现做；甜艾草粿因先天优势，存储时间较长，可以多做一点。

小小的一个清明粿，几乎可以串起儿时的整个春天，它裹住了岁时节令、风雨气候，却裹不住我心里对外婆那份深深的怀念和对清明粿甜甜的回亿。

油。程序看似复杂，可一切都在阿嬷掌控之中，从拌粉浆到下料、装勺、油炸、起锅，阿嬷一个人应对从容。

老泉州人吃浮粿，习惯配上醋。醋可以解海蛎的腥鲜还有浮粿的油膩。可年轻人却喜欢沾番茄酱、金黄的浮粿淋上鲜红的酱汁，单是看着就觉得好吃。咬一口，伴随着咔嚓一声，舌尖上，海蛎的鲜、肉的润、包菜胡萝卜的脆而甘，人生的多种滋味都在其中。

而传统的泉港浮粿在拌番薯粉浆时还会拌入米饭，拌入多少，成分比例各家都秘而不宣。食客只知道，恰到好处的浮粿皮更为酥脆，内里的颜色更加晶莹剔透，如果不是有人告知，全然看不出有米饭加入其中。

酥皮之下的海蛎依然鲜甜，猛地想起那片海滩，潮涨潮落，我们都是滩涂上的行者，在山海间耕耘着，收获着海的味道、山的味道、风的味道、阳光的味道，也是时间的味道、人情的味道。

油锅里，花瓣状的浮粿还在热油里起落浮沉，滋滋作响。有人说人生如戏，油锅里何尝不也是一场戏。

听浮粿的戏腔，是山与海的呢喃，是风与水的缠绵，是油与火的激情澎湃，是天空在海面不动声色奏响的蓝色交响曲。

达到完美契合，方能色香味俱全。

皮要薄且有韧劲，包出的扁食像一朵朵云彩漂浮水中；馅不一定要多，但要有味，要能吃到肉的感觉；最好的汤头，调和是第一要素，猪油的香，葱花的冲，迎面扑来，即使吃得唇热舌烫，“打耳光”也会舍不得放手——上海人这个形容用得真好，后来，我还专门去寻找沪上的“耳光”馄饨，这是后话。

福建扁食的江湖，有点像金庸武侠世界中的华山派。同一个门派，同一种功夫，却分了剑宗和气宗。食物的江湖虽不像小说一般惨烈，但也有区别，毕竟“甲之蜜糖，乙之砒霜”，众口实在难调。

真正让福建扁食分成两派的，还是馅料——它的制作方式，将扁肉分成了捶派与剥派。

捶派，顾名思义，要将瘦肉捶打成泥，沙县扁肉、水吉扁肉、建瓯扁肉是典型代表；另一派则为剥派，将瘦肉细细剥成臊子，福州尚干扁肉、长汀扁食、阿肥发扁食、仙游扁食等都为中翘楚。

两种处理方式，会得到两种不同的口感。

在我看来，捶派和剥派就是剑宗和气宗的差别，虽各有千秋，其实殊途同归，完全可以握手言和。只不过，山海相隔，口味差异，让两者各领风骚数十年。

沙县小吃的崛起，是扁食江湖的格局完全改变的原因。

沙县小吃是捶派扁肉的后起之秀，它的扩张始于20世纪八九十年代。那时，他们的扁肉以其独特的口感猛烈冲击着闽西小城的扁食市场。时至今日，

“燕子来时新社，梨花落后清明。”踏着春天的脚步，我们即将迎来一个重要的传统节日——清明节。

年年清明绿，岁岁粿飘香。在闽南地区，一到清明，最先让人念念不忘的，一定少不了清明粿。清明粿是清明节祭祀的供品，更是一道不可多得的时令美食。

清明粿又称“草仔粿”，清代美食家袁枚《随园食单》里曾记载了制作方法：“捣青草为汁，和粉作团，色如碧玉。”后来，逐渐形成风俗流传至今。

外婆是个制作“草仔粿”的能手，青青的艾草，洁白的糯粉、粳粉，晶莹剔透的白糖，在外婆的巧手下，经过杵和臼，均匀揉制，蒸熟至冷却后，即成时令美食。

“草仔粿”渗透出童年的回忆，蕴含着家的味道，流连唇齿间的清香，融化舌尖上的记忆。

清明粿的用料，是很有讲究的，不纯粹选用单一的糯米粉，而是必须按比例混杂着一些粳米粉，这样才能保证粿的形状，不容易散架，如果纯粹使用糯米粉，做出来的“草仔粿”就会显得有些黏嗒嗒。

清明粿好吃，制作工艺也烦琐，记忆中，外婆会提前几天，提着菜篮子，带上我们，到山脚下收集艾草，一丛一丛碧绿的艾草聚集在一起，绿油油的惹人爱，用小剪刀将其嫩芯剪下。

在采摘的途中，运气好的，还能碰上蛇莓。本地人叫“蛇波”，从小外婆就告诉我，这种蛇莓，是蛇吃的果子，人不能吃，要不然会中毒。想呢？一定要对着蛇波用嘴哈几下，就能解毒，蛇莓汁水酸甜可口，吃过一次，就能让人上瘾。

收集到足够的艾草，迎着一路的柚花香，踏上了回家的路。

回家后，外婆会将新鲜采摘的野艾仔细清洗，用慢火焯水，接着过水洗净，漂水一天后备用；提前配置好的大米浸在木桶里泡上一夜。第二天清晨便将泡好的米粒从木桶里捞出进行沥水，再放到水碓里的石臼里舂成细粉。因为经过一夜，水浸泡过后的米粉，做起来



主题·舌尖上的乡愁

有些菜，单是听那声音，闻着那味儿，就让人向往。比如泉港的特色小吃浮粿。

浮粿，又称“炸粿”。闽南话里，“炸”被称为“浮”，而用米粉、面粉做成的各式小吃则称为“粿”。据《泉港特产志》载：19世纪30年代，惠北（泉港）山腰瘦有“浮粿”。泉港浮粿以地瓜粉包裹瘦肉、海蛎、红萝卜、高丽菜、南瓜丝等油炸而成。后来，还有以米粉代替地瓜粉的炸法。泉港浮粿皮薄而酥脆，内劲弹而不黏，馅料鲜甜而多汁。

沿海地区，山的规模一般都较小，泉港是个例外。山深而又有良港，所以山货与海鲜常常在人们的巧妙组合下奏出天籁之声。

泉港山多海多良田少，对土壤要求不高的番薯最适合种植。粮食紧张的年代，对番薯口感的要求不高，只要结块大面多就可以。于是这类品种的番薯便在这块土地上得到广泛种植。虽然糖分不高，口感不够细腻软糯，淀粉含量却很高，最适合制作番薯粉。番薯粉的制作简单粗暴，多少年来都是洗、磨、沉淀、晒干。相较其他地方的番薯粉制作，泉港的番薯粉吹着山风听着海潮，晒干后似乎更为粗犷，一大块的，或白或灰，却入水即化，煮熟后，更为爽滑富有弹性。

浮粿

□王常婷



浮粿的另一位主角是海蛎。闽南沿海滩涂，咸淡水交汇处，最适合养殖海蛎。现在海边的礁石上多数都布满了残存的牡蛎壳，牡蛎肉当然早已不见踪影，可牡蛎壳却还牢牢黏附在礁石上。赫赫有名的洛阳桥，古人在建造时就特意在桥墩养了牡蛎，既可以收获牡蛎肉，又可以加固桥墩，一举两得。

在泉港山腰的老街上，沿街摆得最多的是卖海蛎的小摊，一把小凳子，一个铁盆，一大袋海蛎倒出一半来，包着头巾的女人低头剥海蛎子，旁边是堆得冒尖的海蛎壳。壳越堆越多，袋里的海蛎越来越少，装海蛎内的铁盆却没剩多少海蛎子——很多人都在边上等着买呢。现剥的海蛎最鲜，大家都好那一口鲜。

很快这海蛎便被洗净、沥干、装盆，搁在厨房案板上了。

阿嬷的地瓜粉已经调好配料，咸甜刚好。花瓣状的浮粿勺出入烈火热油间，天长日久已是乌黑油亮。一小勺番薯粉糊铺底，加上一点点切成丝的包菜、胡萝卜丝、蒜苗，之后便是主角：新鲜的海蛎和瘦肉；最后再加一勺粉浆，将所有的馅料轻柔地包裹住。此刻，油锅的油已七八成热，浮粿勺滋滋一声放入油锅，油与碳水在火的作用下亲密接触，来自陆地的番薯、肉、菜与来自海里的牡蛎便在这锅热油里，你浓我浓互诉衷肠。浮果炸一两分钟的时候，摇上浮勺，浮粿便轻而易举地掉出来，筷子不时上下翻面。炸至金黄色，便可捞起滤

