

■ 心香一瓣

母亲的白萝卜水

□李敏

晚上,正端坐在电脑前码字,母亲走进来,将一只碗轻轻放在书桌上。

我抬起头,问:“这是什么?”
“萝卜水呀,快趁热喝了,治感冒的”,母亲催促着,眉间不无得意。

我端起碗,一大碗滚烫的清水,碗底是几片白玉般晶莹剔透的萝卜块。品一口,萝卜的清香里还带有一丝甜甜的味道,应该是放了冰糖。一口气把一大碗萝卜水喝下去,长长吁了口气,五脏六腑像被蒸了次桑拿,只感觉浑身通透,连额头都有些微微冒汗了。

入冬以来,流感一茬接着一

茬,来势汹汹。千防万防,全家老小仍是全部沦陷,一个也未能幸免。于是,三天两头跑医院,挂盐水,药一包接一包往家拎,然而效果却不甚明显,家里咳嗽声依旧此起彼伏。母亲很着急,到处打听治感冒偏方,不知听小区里哪位老太太说起喝冰糖萝卜水治感冒很有效,便马上回家付诸行动。她的想法很简单,比起吃药来,食疗副作用总是小多了,不管有没有效果,喝个试试。

于是,每天晚饭后,母亲收拾完毕,便开始在厨房张罗煮萝卜水了。她把白萝卜洗净削皮,将半个萝卜切成细细的小块,放进砂锅里,加入半锅水,丢入几块冰糖,然后开火,待水烧开了再转为

小火慢炖。大概熬上20分钟左右,冰糖萝卜水就熬成了。母亲将它们分盛到碗里,一大半碗,嘱咐我们趁热喝掉,说放凉了效果就不好了。说来也真是奇怪,自从每天开始喝萝卜水,我便把感冒药停掉了,连续喝了好几天,感冒居然真的好了。连咳嗽得很厉害,刚开始对喝萝卜水将信将疑的老公也明显好多了,于是我们齐夸母亲能干,水到病除。

母亲很开心,神情洋溢着被认可的自豪感。好像养成了习惯,即使我们都痊愈了,她仍旧每天晚饭后熬上一锅萝卜水,美其名曰“预防感冒”,还喂我一岁多的儿子喝。小家伙平时不爱喝粥,对外婆熬的萝卜水倒是情有独钟,每次能喝上小

半碗。

后来我上网查了一下,白萝卜确有清热凉血、止咳化痰等功效,说给母亲听,母亲更得意了,似乎自己无意间误打误撞成了神医。后来,看我们每天白萝卜水好像喝腻了,她又想出了改良的方法,有时切点梨放进去,有时加点蜂蜜,有时放几瓣橙子,做到口味常新,并要求我们不要浪费,喝了水之后把萝卜和水果也一并吃掉,效果会更好。

连续喝了母亲一冬天的白萝卜水,感冒再没有重复,整个冬天似乎从头到脚都是暖乎乎的。我知道,我每天喝下的,不仅是母亲用心熬煮的白萝卜水,更是一份醇厚绵长的母爱。

迎狗年新春联

□王述梓

犬守平安日,家迎如意年。

金鸡辞岁传捷报,玉犬迎春创佳绩。

宝鸡传捷奉化赶超结硕果,
神犬引喜城区建设创新局。

雪花之歌

□汪知羞

其一

“忽如一夜春风来
千树万树梨花开”
飞舞着的雪花美丽而可爱
怪不得诗人们都在为它而吟唱

雪花是最真诚的
它容不得任何杂质
它来自天上,又飘向地面
它洁白、晶莹,像是天使

雪花又是最无私的
不论是高山还是深谷
不论是别墅还是茅舍
它都一律慷慨地给予……

雪花也是世界上最洁白的
洁白得红尘中的一切都黯然失色
它与丑恶的事物无缘
它就是真善美的化身

昨晚的梦被雪飘走
开花结果于亲爱的祖国
雪花仍在纷纷扬扬地下着
眼前一条条雪白的道路

其二

寻找了好久、好久
终于发现雪花就是我灵魂的伴侣
这是朋友捎给我的祝福
它融化在我的血液中

雪花飞舞着、飞舞着
带来了春的讯息
如果大地是一座充满爱的花园
雪花就是不灭的爱的精灵

这是难以忘怀的声音
似海边拍岸的波浪
似情人切切的私语
又似发自我内心的微笑

雪花使我想起幽谷的花
想起家乡的小河
想起小河旁一棵棵垂柳
所有的事物都隶属于光明



爱“你”没商量

俞雅琴 摄

■ 奉邑风情

正月初一早餐吃啥

□王明泉

大年初一的早餐吃啥?我们宁波人正月初一,一般都吃猪油汤团,也就是闻名遐迩的“宁波汤圆”,除猪油汤团外,也有吃酒酿圆子的。北方过来的人吃饺子。

猪油汤团是宁波特有的美食,口感美好,甜甜糯糯,香气扑鼻。它是由猪板油、白糖和黑芝麻粉做成馅子,裹在糯米粉块里,成为2公分大小圆球状圆子,放在水里煮熟吃。

做猪油汤团前要先做好馅子。做馅子时,生板油要去除外膜,切碎;白糖宜用棉白糖。没棉白糖时,也有用白砂糖,但不用红糖;黑芝麻先炒熟,磨成细粉。做馅子时,将上面三种材料拌在一起,捣成块(捣到看不清糖和猪油为止),然后搓成一小粒,裹到糯米粉团里,成一个小核桃大小汤团,排列在盘子里,为防止水分蒸发,盖块纱布,待烧。

煮猪油汤团时,先将水烧开,再缓慢地把汤团一只一只放进去,不要一下子倒进去。像下饺子一样,铲子轻轻地倒退着推动汤团,使汤团不沾底,也不让汤团碎掉。待汤团浮起水面后,再加两次冷水。待水再次开了,就可盛到碗里,汤团甜甜的,香香的。象征日子过得甜甜蜜蜜,合家团圆。

吃猪油汤团时,可以根据各人喜欢,加糖,加桂花糖,加

红绿丝等。

我们乡下,正月初一早餐,大多数人家都吃酱板圆子,就是酒酿圆子。除夕夜把糯米粉搓成指甲大小的圆子,盛在盆子里,上面盖一块稍稍潮湿的纱布,等第二天用。

酱板就是酒酿,也是自己做的,常在半个月前就做好了,等待大年初一早餐下圆子。酱板的做法是:用两升糯米,浸一夜,第二天淘一次,沥干,烧成糯米饭,饭盛起到沙锅或小面盆里后,稍微凉一凉(不烫手为准),把事先买来的白药碾碎成粉状,均匀地拌进糯米饭里,然后把饭压实,中间挖个小洞,把盖盖上,再把它移到旧棉絮中裹起来。如果天很冷,晚上就放在饭锅里,锅里加一点温水。这样,一般三四天,糯米饭就变成淡黄色,洞里会溢出漂着糯米酒样的酱板水,尝起来香甜甜甜,香气四溢,非常好吃,但不能多吃,容易醉。

煮酱板圆子时,要在圆子烧熟时加酱板,酱板切成五六公分的长条形,轻轻地放进锅里,不需要多铲动,以防酱板碎成糊状。做得好的酱板非但香气扑鼻,也不易分开,吃时可根据各人食性加糖。

不管是吃猪油汤团还是酱板圆子,下饭的小菜各不相同,我们乡下常有烤大头、烤芋艿、烤笋,还有用鸡翅、鸡脚、猪头肉、番薯粒子、芋艿粒子、萝卜粒子、辣椒做成的辣茄酱,甜咸辣搭配。意

示一家人甜甜蜜蜜,团团圆圆,生活丰富多彩。

我记得在粮食非常紧张的几年里,家里没有糯米、糯米粉,我妈把烤芋艿做成圆子状,加点粥,粗看像是酱板圆子。大家吃了就算过年吃了圆子了。如此情况可能不是单是我家,很多家庭都如此,还持续了好多年。有几年,有年糕,没糯米,就把年糕切成粒子,再加些粥,也说是过年吃了圆子了。有几年,家里没有糯米粉,老妈用糯米做圆子,倒也好吃。有的家里还不如我们,他们烧番薯粥。把番薯切成粒子状,加点米,烧成粥。粗看看,像是烧糊了的酱板圆子,吃起来也甜甜糯糯的。

这几年,国家经济发展了,人民生活富裕了,吃汤团已不成问题。超市里有现成的猪油汤团、酒酿圆子,猪油馅子,黑芝麻粉,单独的酒酿都多得很,根本不需要自己做,棉白糖更不成问题。但是很多老人还是喜欢自己做汤团,做酒酿,说是自己做的口味好,其实是图个热闹罢了。

近来,人们在吃方面也讲究起来了,宁波人吃汤团人少了,吃的量也少了,人们也不讲究过节了。相反,吃青菜、烤菜、烤番薯、烤芋艿的人多了。过去人们追求吃穿,追求甜食。现在不一样了,讲究吃清淡的,吃素食的多了。正月初一吃啥,也正在向非传统方向改变。随着社会进步,吃得更符合人体需要,吃出健康来。

■ 生活七彩

在平遥古城的那个晚上

□丁国锡

“平遥古城是中国汉族城市在明清时期的杰出范例,平遥古城保存了其所有特征,而且在中国历史的发展中,为人们展示了一幅非同寻常的文化、社会、经济及宗教发展的完整画卷。”冲着联合国教科文组织世界遗产委员会对平遥的评价,去年金秋,我与几位老年朋友去山西旅游。

据了解,平遥古城位于山西省中部,有2700多年的历史,交通便利,是晋商文化发源地,整座古城由古城墙、古街道、古店铺、古寺庙、古民居组成一个庞大的建筑群,是中国明清时期汉族地区县城的活标本。1997年12月3日被列入《世界文化遗产名录》。2005年7月,平遥古城以“华夏第一古城”称号列“中国游客十大满意旅游风景区”。

夕阳西斜,车至平遥古城下大巴转乘洁净而舒适的电瓶车,穿过巷来到古城中心的入客栈门楼下客。入门右拐是一座四合院,东、西、南、北朝向的四排连体砖木结构的单屋群房,每排各有5间客房,房前的走廊、庭院空地用青石板铺地,院子正中有一个很大的石磨可供人观赏,就坐稍歇。此外,与月洞门相连的那排房屋前的一块空地种植了不少花草,墙角旁还种了2株葫芦丝,其无数枝蔓环绕在搭建的竹棚上,虽枝叶枯萎,而悬挂在竹棚下的许多大小不一的灰白色葫芦随风晃动,别有风情。四合院客栈,它清静、简朴又接地气,很适合我们老年游客入住。

没多久,热情的老板娘向大家介绍:“俺家客栈有餐厅,山西的名酒、名茶、名面食都有,经济又实惠,欢迎客人在此吃晚餐。”我们6位老友都愿在此就餐。于是,老板娘手提一把铜制茶壶领我们在餐厅的一张有转盘的木圆桌入座,还请各位递上一杯热茶水,点好酒菜,品茶等候。餐厅不大,但环境整洁,在餐厅入口的墙上挂一幅“欢迎光临”的镜框,东墙挂一幅栩栩如生的仕女图,西墙挂一幅有山西风貌的山水画,就餐环境舒适。约莫20来分钟,一位穿白大褂的小伙子用托盘端来一盆咖啡色的切片牛肉,上面有碧绿的香菜,他以自傲的语气向我们介绍:“此牛肉是清朝慈禧太后途经平遥时所享用,特有风味,闻其香而提神,品其味而解困,之后就将其作为皇宫的贡品。”于是,我们打开一瓶“杏花村”牌的汾酒,酒香四溢,每人1小杯,纷纷动筷竞相品尝,食之大家无不啧啧称好。接着,小伙子又端上用大汤碗盛的“叫花子土鸡”,这只鸡大约2斤左右,虽其名不雅,但皮色脆黄,其香扑鼻,其肉鲜嫩,其汤汁可口,大家都吃得津津有味。然后又接连端来大白菜炒肉片、清炒油麦菜及一盆酱爆茄子,最后又给每人一碗正宗的山西手工刀削面,小伙子说此面吃起来有劲道。我虽不爱吃面食,但吃了也觉得其口感真不错。令大伙想不到在这家普通客栈餐厅,6个人只花费180元钱就能尝到山西的美食

佳肴真是太值得了。

离开餐厅,我们乘兴去观看平遥古城的夜市。按老板的指点,很快来到灯火通明的古街道、古店铺。笔直的街道宽不足20米,全用石块铺就,由于年代久远加之人的踩踏,地面中央显得光滑。古街道的两侧是砖木结构的二层楼店铺,连成一体,T型的2条百余长的古街,大小不一的店铺家家都挂了大小不一其型各异的红灯笼,华灯齐放映红了古街道的上空。我们走马观花似地看了一家又一家的店铺,有卖各种土特产品、手工艺品的,有酒家、面食店、熟牛肉店,尤其是白酒和陈醋专卖店随处可见,各种商品琳琅满目,价廉物美。

山西的牛肉、老陈醋、漆器、汾酒特有名气,我们对那几家百年老店看得尤其仔细,如:“杏花村”汾酒专卖店,酒香诱人,有包装精美的礼品酒,有价廉物美的筒装酒,还有散装酒可供顾客自带容器现买,每斤才50元。山西的老陈醋全国闻名。被列入中国非物质文化遗产的中华老字号“东湖”牌老陈醋专卖店,顾客入内可任意品尝样醋,我们喝了一小杯样醋,其味酸中微甘、回味极佳。店员介绍此醋在晚上睡觉前喝1小杯可助睡眠,或泡黄豆或黑豆过一周后,每次吃10粒能和胃助消化。于是我们纷纷解囊,各买一壶最好的老陈醋,由商家免费用快件送到各位家里。

有一家“德芳阁”漆艺店产品种类多、工艺精致,此店的产品也被列入国家非物质文化遗产名录。我买了一件笔记本电脑大小的“五福临门”的四页屏屏,画面有五个活泼可爱的童男童女在一片祥云下的绿草地玩耍,回来后摆放在写字台,百看不厌。

走古街,看古店铺,买土特产,时间过得很快,已经晚上9点多,但大家仍兴致不减叫了一辆电瓶车,要求司机到古城其他有代表性的街随意转转看看。途经的大小街道灯光明亮,清一色砖木结构的古民居井然有序,不见弯曲的街巷,尤其是街道上不见有汽车、三轮车、自行车,使人觉得平遥古城格外宁静,不知不觉车至入住的客栈。

大伙手拎大包小包的物品径直回到各自的房间,开灯关门落锁。房间不大,不足20平方米,灰砖铺地,墙面洁白,正方形的土炕用砖块砌成,高低适中,土炕的三边用棕色木板作围栏,炕边放一把木椅,铺炕的垫被厚实,两条厚厚的棉被,一对白色枕头都很干净。房间的设施就这么简单而实用。时间已过晚上10点,我叫老伴先去洗漱,我坐在炕上喝茶看电视,待我洗漱完毕就上炕入睡。因我们第一次睡土炕,按习惯头东脚西而睡,其实北方有的家庭人多房少,一只土炕至少能睡4个人以上。只睡2人算是够舒服了。夜深人静,加之一天游程的疲劳,倒头入睡,一觉醒来已是阳光透窗。经过一夜深睡,起床后精神焕发。今天,回想起在山西平遥古城的那个晚上依然如同昨夜。

■ 保健传递

杜绝“保健品坑老”老年人当自律

□徐曙光

据报道,继青岛一位老人因购买十几万元保健品,发现被跳楼自杀的事件之后,又现“保健品坑老事件”。《北京晚报》报道,近日,四川宜宾的郭姓老人在生日的前一天不幸病逝,老人没给儿女留下遗言,却留下了堆满大半天屋子的保健品。老人临终前仍然拒绝去医院诊治,而是坚决等保健品店开门买“药”。

“保健品坑老事件”反复上演实在令人气愤。如今一些保健品厂商不好好研发产品,专门瞄准老年人市场这块“大蛋糕”,抓住一些老年人年纪大了怕得病的心理,采取办养生讲座、赠送礼品等各种各样的促销手段吸引和忽悠老年人购买保健品。再说,“吃五谷的人哪有不生病的”?随着年龄的增大,老年人身体难免会出现一些这样那样的小毛病或者不舒服,由于担心自己会生病,加上经不住保健品推销人员甜

言蜜语的诱惑,有的老年人往往从之前的不太感兴趣,慢慢发展到热衷于参加一些保健品厂商举办的各种养生讲座,而且对一些所谓疗效好,能够“包治百病”的保健品深信不疑,纷纷掏钱购买。然而,不少老年人吃过一两个疗程后,有的保健品并没有像保健品厂商说的那么好,弄不好还会产生副作用,到头来后悔都来不及。有的老年人被保健品厂商忽悠后,花尽所有积蓄结果病却没有治好,就会想不通甚至走极端。

笔者认为,要杜绝保健品坑老再次重演,除了市场监管部门要加大对保健品市场的监管和对诈骗团伙的打击力度以外,作为老年人也要增强自身的防范意识并且管好自己,不要随随便便就去听类似养生讲座之类的课,更不要贪图一些小便宜随意购买保健品。生病身体不适,最好还是去正规医院就诊,只有这样,才能有效避免上当和受骗。