



## 美食



投稿邮箱  
hxx@cmb.com.cn

## 火缸里的美食记忆

□吴志庆

上世纪80年代以前，在宁波农村几乎每户都有与生活息息相关的四大缸，即米缸、水缸、厨缸、火缸。四缸各司其能，米缸、水缸用来储粮食和饮用水，厨缸和火缸积存的是人的粪便和含钾丰富的草木灰。当时许多孩子最喜欢的是火缸，因为火缸里可以侍弄出各种各样的美食。

每到夏秋季节，暑热干旱，河道、池塘水位变浅，孩子们迫不及待地去那里钓鱼。沿着一条长河河下来，往往可以收获三五斤河鳗、泥鳅、黄鳝等大小鱼货。回家后，母亲将它们刮鳞、剖洗干净，放入镬里，放入姜、盐等烤熟，出镬铲进脸盆。隔天逐条摊在竹笏和米筛上，搁至屋顶瓦上，在烈日下晒干。然后，拿出直径1米多的铁筛，在底层铺上稻草，把鱼挨个放到上面。再从灶膛退出红红的草木炭放到火缸中间，撒上砵糠或锯木屑，再搬过来几块砖头垒在周围，然后将铁筛搁在隐燃的砵糠灰上烘烤，上面覆盖麻袋或篷盖。熏鱼时火候有讲究，火稍大，熏出来的鱼干焦味重，色酱黑；火微，熏的时间长，熏出来的鱼干色泽棕黄，味道好。过了一段时间后，火缸里飘逸出越来越浓郁的独特鱼香，弥漫着整个灶间。

一夜过后，鱼干熏制好了，吃起来酥脆、鱼香浓郁，没有一点泥腥味，越嚼越有滋味，泥鳅干味道更胜一筹。抓几条鱼干泡汤或用鱼干加几片冬瓜片烧汤，鲜美可口。

冬季，用棉花秆、树枝、废木料等硬柴作燃料，烧好后的炭火经久不熄。用木畚斗把部分炭火畚进火缸，再掺入一些柴草木，上面用冷灰盖住，拿一个瓦罐，将其大半埋进炭火堆中煨粥煲汤，煨出来的倭豆米粥、晚稻米番薯干粥、红枣粥特别稠浓，口感绵软滑嫩，醇香清甜，吸入口中，清香瞬间溢满舌尖。早晨两碗粥下肚，暖流便从体内升腾起来。

将剔过肉的羊骨头、羊肚、蹄、碎羊杂和泡涨的小黄豆一起倒入瓦罐，加水后放进火缸里煨，煨的过程中，整个灶间香味氤氲，弥漫着令人馋涎欲滴的诱人味道。煨好后，汤中的羊肉骨髓肉烂，粒粒饱满的黄豆入口即化，有说不出的鲜美感觉。

将装满水米粉的布袋没人在火缸草木灰中，可以抽干水米粉的水分，然后将布袋中的米粉倒出、捣碎，就可以搓汤圆、裹猪油黑芝麻馅汤圆了，在当年那也是孩子们的美食。

将鸡蛋洗净后，与香料、茶婆（老茶叶）一起放入瓦罐内，在火缸里煨上半夜做成的五香茶叶蛋，酱香醇厚的，比现在市面上的茶叶蛋好吃多了。

## 宁海“镬癩头”

□寒石

宁海的小海鲜新鲜味美，远近闻名，宁海的风味小吃亦颇招人喜爱，宁海“镬癩头”就是两者的有机结合，即餐前小吃兼下饭。

一个外来客初到宁海，用餐时若问店家有什么特色菜，回复中一般都有“镬癩头”。且看这“镬癩头”的真面目：一盘的圆饼切成六个菱形块状，上面映着鲜虾仁的浅红、鱼肉和茭白丝的玉白、韭菜葱花的青碧……扁薄、清透、油亮，煞是好看。夹一块入口，软、滑、嫩、鲜、香，口感感觉极佳，令人食欲大开。

“镬癩头”要趁热吃，凉了就不好吃了，得回锅后再吃。

那么，这“镬癩头”的名称是哪里来的呢？

“镬癩头”是纯粹的宁海乡土吃食，其名也透着纯粹的乡土味。宁海三面环山，一面朝海，以前多数宁海人身兼“双职”，既是山民，又是渔民。由于受渔具和交通运输的制约，那时宁海渔民打回的大多是近海滩涂上的小鱼小虾。海鲜保鲜期极短，那时没有冰箱等冷冻保鲜设备，又不能及时销售到外地去，放不了多久就会腐败变质，只能喂鸡鸭牲畜了。所以大多数时候只能自产自销，一时卖不了或吃不掉的就晒制成干或鲞，利于贮藏。

后来，也不知最初是哪个聪明的宁海人“发明”了一种新吃法：把鲜亮的虾、蟹、鱼等去壳挑刺后，将剩下的肉与时令蔬菜如笋、茭白丝、韭菜、葱花等在油锅里快速清炒至半熟，用湿淀粉挂糊，再在热油锅里煎至两面油光透亮……

还别说，将鲜美的虾仁、蟹肉、鱼肉裹在“镬癩头”里，两三天不会坏，凉了、硬了就在锅里回一下，煎软了照样鲜香美味。于是，“镬癩头”就这样慢慢传开了，直至流传到如今。

## 百年前的老宁波·采莲桥



这张照片出自1924—1942年间日本人在大连印行的连续出版物《亚东印画辑》的第176回。该画辑每月出版一回，每回有5张照片，推算这回出版于1939年5月。照片的标题为“水乡宁波”，图中石拱桥的桥额文字无法辨认，但从桥洞下的景象看，宁波旧影爱好者们推测它就是老宁波所说的城里“甜酸苦辣咸”的五桥之一：采莲桥。

采莲桥，居日湖河与细湖沟通处，位于今解放南路与莲桥街口，未知始建于何年，明成化志方见著录，照片上的采莲桥应重修于清光绪廿年（1894）。1958—1960年间填河拓宽解放南路时被拆。 水银供稿

## 农家草饭包

□黄志昌

草饭包是宁波平原农民用种植的“咸草”晒干、压扁后编织而成的，呈“U”形，扁扁的。以前农户人家都少不了它，少则一二只，多则四五只。记得当时供销社属下的生活商店里卖八分钱一只。买来的新饭包必须在热水中浸泡20来分钟，使其软滑，再洗去表面的灰尘和里面的杂质，然后把水分甩干，方可使用。

往饭包里装饭是蛮有讲究的。先把米饭从铁锅里盛出来，放到饭包里，接着把锅铲伸入，把饭拨开一个小窝儿，放上萝卜干、臭冬瓜、咸菜和咸鲞之类的“压饭榔头”，偶尔放些干菜肉或是一只荷包蛋，在当时那算是上等菜了。紧接着，用双手按住饭包两边的外侧，边旋转边轻轻挤压，使里面的饭和菜紧紧粘在一起，像个大粽子，不使热量向外散发。然后，把一双竹筷夹在饭包上口，慢慢地往下卷（也有把筷子直插在饭中央的），再按住。最后用预先准备好的细绳或带子把饭包扎紧。如果是冬天，外面再包一件破棉袄保暖。农民出门干农活，最喜欢吃草饭包，因为饭包里不仅有饭菜之香，而且有一种“野餐”的乐趣。

住在大山深处的农民们，上山落畷路途远，来回十几里。为省时高效，午饭通常在山间或田野里吃，填肚充饥就靠那个草饭包。夏天天气热，有人早上出工时就

随身带着，劳作时，为防蚂蚁等小虫吃，就挂在竹、树上，到吃饭时间拿下来吃。

在生产队集体劳作时，为方便并提高工作效率，队长专门派几个人为大伙儿送饭至田头或山间。送饭者把每户的饭包收集后放在箩筐里，挑到指定地点，集中定时用餐。吃饭包饭也有讲究，先解开捆绑着的细绳，再把饭包的上口往下翻卷，边吃边卷下去，到最后剩下的散饭粒不容易用筷子夹住，也不能像吃碗饭那样直接扒吃，就得像装饭包时那样，用双手按几下，使里面的剩饭成块结团，然后再用筷子夹起来吃，这样方可把饭吃干净。

用草饭包装饭，最大的好处就是保温、轻便、不容易摔坏倒翻，非常适宜于野外用餐。带饭者上山走崎岖小道，肩挑沉重的饭筐，一不小心跌一跤，饭包滚出老远，但没关系，捡回来照吃，要是换了碗碟等器皿，那就麻烦喽。

农村妇女历来讲究节约，新买的饭包必须用干净的布条缀口锁边，以求耐用。一旦有个破洞也舍不得弃去，缝缝补补将就着用，用完后洗净、晾干收藏好，一只饭包至少要用上两三年。

这样的草编饭包，与农民为伴一直到上世纪70年代末。

## 野山果子

□盛常国

俗话说，靠山吃山，四明山上有许多野山果子，它们既可以让人当零食，还可以当药材卖给药店。

柴果子。这种野果生长在一种叫黄壳狼的柴木上，它是从生植物，总是一茬一茬的，一到秋霜风寒，叶子就像枫叶那样由黄变红，最后经风吹雨打就散落在根边。过去，树干每年长到手指大、齐胸高就被砍来当柴火了。由于柴果子会随叶掉落，为此就得提前采摘。柴果子的形状光滑，呈青黄色，很像手枪子弹头。由于采的人多，近山已不多见，只得带着饭包或大饼翻山越岭去采摘，其中辛苦可想而知。柴果子在当时被药店大量收购，每斤2分钱，因此村民们一有农闲就会拖儿带女去采。在学校里，为了增加班会费，老师也经常带领学生上山采摘。

青柴果子。它的形状与柴果子一样，只是个头大一倍，很像步枪子弹头，但只要有力气，采摘数十斤不用花大半天时间，但药店不收。树干有小电线杆那么粗与高，可用来做手拉车的构件；长得密集的地方会细小些，就像细长的毛竹，很有弹性，人爬上树梢后，即使弯曲成弓形也不会折断；它叶子像江里小鱼大小，青黄光滑。青柴果子无论炒或用大锅烤都香味四溢，果肉细腻很像糖炒栗子。

## 余姚黄鱼面

□柴隆

在上世纪50年代，野生黄鱼资源丰富，且物美价廉，余姚舜江楼旁的“三阳酒家”有位姓王的名厨，试着把新鲜黄鱼和面同烧，结果鱼香扑鼻，肉嫩面滑，汤浓味醇，宾客食后回味无穷，赞不绝口。此后余姚各处的酒家、饭店纷纷仿效，余姚黄鱼面的做法也渐渐声名远播。

做一碗地道的余姚黄鱼面，黄鱼的选料须上乘。以腮红、鱼鳞贴身、通体锃亮、无破损的黄鱼为上品，一条三两左右的最适宜，选此黄鱼烧面，卖相与口味俱

佳。烧制时先将黄鱼洗净入镬，过沸油酥炸后捞出，加生姜丝、酱油、料酒、清水小火慢炖，水要没过鱼身，直到炖出浓汤时，下入手工碱水面，小火焖煮片刻，出锅前撒入碎葱花，一碗鱼肉香酥、汤味浓醇的黄鱼面就呈现在食客面前。余姚黄鱼面鱼酥、汤稠、面滑，三者完美结合，造就了一道口味独特的海鲜面点。

现如今吃一碗黄鱼面价格不菲，动辄上百元，但对余姚人来说，它却是舌尖难以割舍的传统美食。