

## 茭白

仇赤斌

菰蒲无边水茫茫，荷花夜开风露香。渐见灯明出远寺，更待月黑看湖光。

这是苏轼的诗《夜泛西湖》，诗中的菰就是茭白。

唐代之前古人主要采食茭白的籽粒，即菰米，也叫雕胡，是“六谷”之一。

李白曾有“跪进雕胡饭，月光照素盘”之诗句。雕胡就是菰米，《西京杂记》说：“菰之有米者，长安人谓之雕胡”。在唐代，雕胡饭可是招待上客的食品。据说用菰米煮饭，香味扑鼻且又软又糯。有很多诗人钟情于它，如杜甫的“滑忆雕胡饭，香闻锦带羹”；王维的“郎国稻苗秀，楚人菰米肥”。明代李时珍也说：“菰米甚白而滑腻，作饭香脆。”说明菰米曾是难得美味佳品。今日见不到了吧？

古代把菰作为粮食作物栽培，后来“菰”受到黑粉菌的寄生，植株便不能再抽穗开花，转而茎尖形成畸形肥大的菌瘿，古称“茭郁”。早在西周时期，人们就发现这种菌瘿细嫩可食，是一美味佳蔬。唐朝末期，水稻成为主食后茭草就很少采籽，以致从谷物中逐渐分离，成为一种蔬菜，这是中国最早栽培的一种蔬菜。

茭白是中国特有的水生蔬菜，与莼菜、鲈鱼并称为江南三大名菜。其可食部分是菌瘿，即基部肥大的肉质茎，因质地鲜嫩、味道甘爽，一直被视为蔬菜中的佳品。

江南的茭白很早就可以吃了，四五月份就上市了，现在有了大棚技术，春节前后也有卖的。但我认为还是夏季的茭白最应季、最好吃。

老家房前原是水田，淤泥很深，用来种稻，割稻和打稻都很累人，但种茭白倒是正好。父亲一直在

此种植，少就自吃，多则送人。现水田日益萎缩，但还是种了一些。刚摘下的茭白咋做都好吃，而最简单的做法往往是最美味的。把茭白切成大片，以前放饭锅里煨（蒸），现在在电饭锅里蒸，熟后再切成细丝凉拌就很好吃。若是嫌麻烦，直接蘸酱油即可，新鲜的茭白微带甜味，绝非菜市场里买来的茭白那般的泡过水的味道。

把茭白滚刀切成大块，拿来油焖，放老抽，糖可加可不加，清香扑鼻，滋味诱人。如果当配菜做法就多了，和肉块（最好是五花肉）共炒或炖，也很好。和牛肉丝或牛柳共炒、炖排骨、炖鸡肉都可以。

茭白切成细丝，和土鸡蛋共炒，是女儿喜欢的菜，刚好弥补她不爱吃蔬菜的不足。如果和香干丝、青椒丝一起炒，就是素炒三丝。我更喜欢和毛豆子、榨菜丝一起炒，这是另一种的素三丝。当然也可以荤炒，炒肉丝、鳝鱼丝，也是极好。

茭白切片，煮熟后晒干就是茭白干，可以保存很长时间。拿来炖肉，是另一种味道，和笋干炖肉有点像，个人还是更喜欢茭白干炖肉。茭白干如果加上香菇、木耳、烤麸、笋干、花生米等一起做蔬杂珍，食之回味无穷。

腌茭白也很好吃，切片、煮熟后放在雪菜汁腌制几天，带点酸味，是吃泡饭的好下饭。

中医认为，茭白味甘、微寒，有祛热、生津、止渴、利尿、除湿、通利的功效，夏季食用尤为适宜。茭白还能软化皮肤的角质层，使之润滑细腻，有美容作用。茭白如果和猪脚一起炖着吃，可以催乳。

夏日里，如果有这样一幅情景，是否有点向往？细雨笼野池水清，流萤已无唯寒星。门前菰蒲有几株，蛙声一片到天明。



## 江南有染菘

周晓斌

同事茗忽发奇想，隔着两个硕大的显示屏跟我说，摘南烛叶去？我懒懒地说，四月八早过了，叶子都老了，就算有，摘了干嘛用呢？麻糍又没处捣。她说，榨汁烧饭，乌油油的，香。我莞尔，被你一形容，啥都好吃。

年轻时我俩常在街上挥霍青春，而今却总去山里东张西望。一合计，我们就打算去乡下电站，摘南烛叶。宁海西溪一带，山路十八弯。从小在这儿长大的驾驶员，把车子开得飞快，那方向盘像巧妇手中的米筛。

快到电站的路上，茗兴奋地喊，停停停。她眼尖，发现路边有一小丛南烛，嫩叶火红，迎风摇曳在山崖，颇有点春花的风范。春色已尽，山外的南烛叶子早就变绿。这火红的南烛叶，真有点山寺桃花始盛开的味道。

驾驶员和茗，急吼吼爬上去采摘，山里温度比外洋低好几度，南烛叶子很嫩，有点像明前茶股一芽一叶的味道，细细碎碎的，惹人爱怜。一小丛，三只手，一瞬间就把南烛摘成了光头。茗分给我的塑料袋无限大，我撸的叶子无限少。风把袋子吹得鼓鼓的，一点点叶子在袋里旋来旋去。我拎着塑料袋，倒有点像捕风者。

且行且寻，这次在一个陡坡上看到一棵。驾驶员爬上去，占据了一个有利位置，开始采摘。茗一鼓作气，冲上去，掉下来，再冲上去，最后还是掉下来。那地方实在陡，且只可锥立。我说还是我去吧。凭着自己有好几年的户外驴行经历，还真的被我冲上去立住，撸了一些。

后来，四座电站都走遍，也不见南烛的影子。茗看见她的堂叔，立马问附近山上是否有南烛，老人家说，没见过，外洋的矮山上才有。我们又跑去问电站的工人，叫他们回忆山上哪儿有南烛。他们三四个村了好久，才说一个高山湾上还有一株，那里草木太盛，你们不要去，我们去折点来，你们自己撸叶子。

我和茗在溪边泡脚，溪水清冽无比。山风幽幽，我们躺在大石头上等着撸叶子。那副慵懒的样子，跟懒猫有得一拼。过了很久，他们折到了一些，可叶子都很小。小就小点，也仔仔细细地摘了下来。

回家后，把这千辛万苦寻来的南烛叶择净，清洗。没石臼，没打碎机，只得土法上马。剁成泥，再放木的小捣臼里捣碾几下，那本来就是极嫩的叶子，早就稀巴烂了。放点清水，搓揉几下，榨出汁水。那汁水不是黑的或紫的，却是黄绿色的。我把糯米泡在黄绿色的汁水里。

第二天一大早，就去观看。呀，好神奇，雪白的糯米变成紫色的了，洗一下，放莲子、红枣、桂圆肉，放高压锅里隔水蒸。大火、小火，轮番轰炸。侧着耳朵，听压力阀“扑笃”一声响，我就急不可待地打开锅盖。热气氤氲中，一粒粒闪着紫黑的光，黑珍珠般润泽，饱满。那南烛特有的香味，白色的莲子、红色的枣子和琥珀色的桂圆肉点缀其间，妙不可言。我用汤匙舀了一些在小碗里，撒了一点白糖，味道好得真是不可言说。

南烛，就是乌饭树，古称染菘，多分布于我国南方。江南有染菘，小民齐采之。采来做啥呀，做飯捣麻糍。

本版摄影 路逸 总第 5654 期  
投稿邮箱：essay@cnnb.com.cn

## 南瓜花藤

赵鲁璐

入夏以来，我家周末的餐桌上都少不了一道南瓜花藤炮制的菜肴。

南瓜花藤是乡间最常见的风景——四散蔓延的绿色藤茎极具生命力，丛生覆盖在瓦砾碎土之上，微风吹过，一大片藤蔓叶子便摇曳浮动，好似绵延起伏的绿色波光。而活色生香的南瓜花，鹅黄轻柔，更是美艳不可方物，娇嫩中带着一丝妩媚，这道风景不仅出现在门前屋后，也能出现在人们的餐桌上，它可以是主食，可以是菜，也可以是羹汤。对很多人来说，以南瓜花与藤入菜，是有关记忆的味道，带着外婆或奶奶手工的亲切。

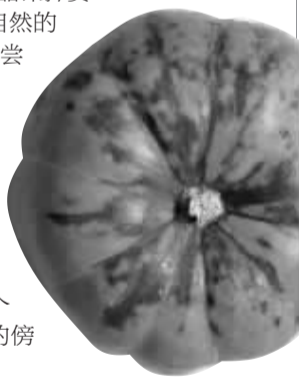
《养小录》有文曰：“凡食芳品，必鲜且洁。洁而不极丰，意念良安耳。遵生颐养，以和于身。日用饮食，以为尚矣。”南瓜花入羹，花黄叶绿，勾芡清透，若用香油调味，则色香俱全。尤其是色，南瓜花瓣恰如中国山水画中一抹点睛的藤黄，柔弱无骨地漾动漂浮于羹碗之间。至于味道，与南瓜一味同源，但又略胜一筹鲜嫩。

为了南瓜秧苗更好地出芽结瓜，南瓜藤三五不时就要被摘心取叶。农人简朴且深知南瓜藤之味美，故餐桌上时常出现南瓜藤的身影。若要以南瓜藤入菜，则必须摘取南瓜连叶嫩藤，清洗之后，摘除丝丝叶脉，切成五寸见长，用香油爆香蒜末，随即将南瓜藤叶翻炒至熟，调一勺细盐就可出锅。刚摘落的藤叶，胜在尚接地气，连着鲜活，所以调鲜用的鸡精也可以省却了。入口嚼来，前味是绿叶蔬菜的清

香，中味是植物纤维的爽口，后味是南瓜淀粉的糯甜，一波三折，南瓜藤叶独特的粗糙感刺激着舌尖味蕾，使得所有尝惯山珍海味的人，突遭这粗粝的口感，都不免有一种返璞归真之意。

但凡是艺术，总有一个去繁入简的境界，若论厨艺，亦是如此。我们暂且把维生素矿物质之类的营养附加价值搁在一旁，单单就一个“味”字来品——红烧太腻，蒸煮太淡，清炒则正好恰如其分地烘托了食物的本源。尤其对于蔬菜类而言，再普通不过的田间野菜，一经清炒，总是掩盖不住潜藏着的、漫不经心的惊喜。好比这南瓜花藤，主角在瓜而非叶，若弃而不用此种非主流的大自然恩赐，则未免可惜，善加利用才不违背对食材尊重的本意。吃的艺术，不在于品味矜贵稀罕的料理，而在怀着对自然的感恩和果腹的满足，仔细品尝每一种食物带给味蕾的独特感官体验。

仲夏时节，大啖鱼肉伤脾胃，一盆清炒南瓜花藤，一碗丝瓜蛋汤，再来一筷浇了几滴麻油的腌咸冬瓜，一碟清粥就妥帖入胃了。无处不在一个“清”字，在暑气尚未退却的傍晚，沁凉得恰到好处。



永鸣益吞世界

## 益往直前

11

傍晚的时候，我把阿布叫到饭店，交给他三本护照，这是我们央视伊拉克战争报道组三位成员的唯一合法证件。我告诉他：“从明天开始，你就失踪，只有我能找到你，别人都不行。只有明天一天，躲过去了，这一关就过了。”

阿布虽然不知道我的意图，但仍给予了足够的信任，他连声答应着，收好护照便匆匆离开了。

那一夜，我们在拉希德饭店辗转反侧，夜不能寐。3月18日凌晨2点，冀惠彦还坐在窗台上发呆，他问我，小水啊，这法子能行吗？我装睡，没回应他，其实是心里也没底。这么冒险的事，谁说得准呢。但是现实是，这是唯一的办法。

凌晨5点，天还没亮，我们就赶紧上车出门，离开了拉希德饭店周边。海事卫星电话断了线，阿布专门帮我买的伊拉克版手机“二哥大”也关了机，打定了主意要与世隔绝。

后来新华社的同行告诉我，张维秋大使在使馆门口足足等了我们两个钟头，甚至让人去饭店找我们，却毫无结果。快9点多的时候，我听说大使他们一行人还在等，有点坐不住了，我就跟冀惠彦他们俩说，你们先找地方待着，我还是去一趟。

我惴惴不安地打车到了使馆，一眼就看到张维秋大使，所有撤离人员都在门口，车辆都已整装待发。

我假装一脸慌张无奈地跑过去，上气不接下气地跟大使说：“大使，不好了，我们那个伊拉克的雇员今天早上不见了，我们三个人的护照都在他手里，我找了他一早上，怎么也找不到人。没护照我们走不了，到了约旦口岸，您这边也说不清楚啊。伊拉克本来就是警察国家，现在又这个局势，没有护照肯定不行啊……”连说带比画，表情和音色都足够夸张焦虑，“要不你们就先走吧，别耽误了，我继续找那家伙，找着他拿了护照，我们就跟上来。况且那家伙还拿着我们的钱，没钱我们也无法从新闻部和饭店那边结账啊。”

张维秋大使就那么盯着我，眼里满满都是“你就骗吧”，那种识破的感觉，但是又拿我没有办法，我心里一阵阵发虚。我们就这么四目相对了半天，他终于无奈地松口说：“好吧，你们一定要马上来，我们在边境口岸等你们。”

我心里一块石头“咚”地落地，满脑门都是汗，嘴上说着“好的好的”，想着赶快把他们哄走算了。

大部队从我面前离开的时候，新华社的老同事跟我道别，脸上露出诡异的笑容，一拳就捶在我肩膀上：“你小子行啊，你那护照现在就在身上揣着吧？”

我一脸诚恳和无辜，嘿嘿地笑着：“说什么呢，我是真的找不着了。”一边说一边还推他，“赶紧走赶紧走，我们马上追你们去了啊。”

等撤离大队的最后一辆车绝尘而去，我如释重负地舒了一口气，却不想，真正的考验才刚刚开始。

我找到冀惠彦和杨小勇，三个人躲在新闻中心的帐篷那边，找选题的找选题，编片子的编片子，都没开口说话。平常我们的海事卫星电话在白天都是架通的，我那部巴格达当地的“二哥大”虽然多数时候不好用，但也是24小时开机，时刻等着有什么消息过来，或者国内台里的什么人找我们，但现在全部都掐断了。

突然一下断绝了与外界的联系，我心里就跟一千只蚂蚁在爬一样。在使馆的时候，大使就跟我谈，电视台打了很多电话联系不上我们，也把电话打到他们那儿了，要我们务必跟着一起撤离。我知道开了机要面临什么样的压力，但是不开机，就是一种怯懦的逃避。

责编 胡晓新 校对 桂忠玉