

盛夏的吃食

□沈东海

儿时的盛夏，没有冰箱，没有空调，没有冷饮，简简单单的吃食，却勾人无限的回味。

木莲冻，宁波人喜欢叫它“叶霍”，或者“茉莉冻”。木莲与茉莉，在宁波话里音同。那时我人傻且笨，不好学，对诸事又不喜欢研究，还以为木莲冻就是用茉莉花做的（那时我们这儿很少有茉莉，没见过）。这东西我家没做过，记得最深的是读杜郭小学时，每年的夏天，放学的时候，在校门口，总会来一个住邻村的老妪，坐那卖木莲冻。一大盆晶莹剔透的木莲冻像一块千年寒冰，被养在一个大木盆里，旁边还放着两个雪碧瓶，分别装着白糖水和薄荷水。谁要买，花五毛钱便可来一小碗。用圆形的大铁勺，像刮豆腐脑似的，舀出几勺，分别射入（瓶盖有孔）一点糖水与薄荷水，给你个瓷勺，便可以吃了。那时我家有两个小孩，穷，别人吃木莲冻，过嘴瘾；我只能眼巴巴地看着，过眼瘾。那时常和我玩的是朱斌，偶尔他看不过去，会让我尝一勺，好吃！这味到现在还留在我的记忆里，这也同时见证了我和他那段儿时的友谊。

后来，我家亲戚闲着没事，也做过几次。做法很简单，难的是去弄木莲籽。木莲（学名：薜荔）乃匍匐灌木，喜好攀援，大多长在古树、古桥，或者崖壁。采来的木莲果（八九月份成熟），纯绿色，有点像大号的无花果，又有点像未成熟的小莲蓬（木莲果也分公母：公的平底，剖开无籽，里面呈玫瑰红色；母的圆底，里面有满满的黄白色木莲籽）。将它对半切开，用调羹挖出木莲籽，晒干，放入纱布（袋）内，在水中不断搓洗，水逐渐变得浓稠，似蜂蜜，将盆面的浮沫刮去，过滤，这时便可加一点用水化开的凝固剂，那时加的多是中华牙膏，或藕粉。待木莲冻凝固，加糖水与薄荷水，便可以吃了。这种木莲冻，才是宁波老底子的味道，最正宗。而市面上卖的不论是成品木莲冻，还是半成品木莲粉，都不正宗。它们是用魔芋做的替代品，徒有虚名。正宗的木莲冻呈若有似无的奶黄色，有种植物特殊的清香味，是无色透明的魔芋冻所不能比的。记得《百草园到三味书屋》中就有一句：“何首乌藤与木莲藤缠络着，木莲有莲房一般的果实，何首乌有臃肿的根。”想必鲁迅对此也很懂。

我见过比这更稀奇的，是用一种叫斑鸠叶做的冻。将斑鸠叶洗净，捣烂，取其汁水，加入草木灰泡出来的碱水，做成木莲冻一般的东西。人们喜欢称它为鬼豆腐，碧绿色，看起来很味美，只是没尝过。

吃木莲冻，那时老底子的人脑子顶聪明，没冰箱又想吃冰的怎么办？那就直接拿冰凉的井水做木莲冻吧。薄荷

水冰凉，井水冰凉，这一来，将夏天燥热得像一团火的身子一下子浇灭，浇凉透了。

那时的夏天，最开心的事莫过于吃西瓜。将瓜放于竹篮内，用绳系于井下，用长竹竿将竹篮倒扣于瓜上，顶到水下，将竹竿的另一头斜插在井壁的缺口上——这瓜就完全泡在水下了。

傍晚，一家人吃完饭，围坐在院子里的葡萄架下乘凉，这时捞出瓜来吃，最恰当。挑的瓜，又是上好的瓜，皮薄肉厚，汁多，甜且沙。无需用刀，用重指弹破，或者重拍，再不行干脆直接来上一掌，“啵”，开了，用指甲伸到缝里一掰，“咔嚓”，打开的西瓜，瓜香四溢，瓜心里还淌着一汪清水，露出黑籽红瓤，透出一股子凉。眼睛一直盯着看，口里生出唾液，好似浑身上下都凉透了。关键的关键，这瓜吃起来没半点刀铁的锈味，更没腥臭味——那时的刀切菜、剁肉、剖鱼通用的。

再说说酸梅汤。正宗的酸梅汤是用乌梅做的，我们这里不产乌梅，要喝怎么办？那就只能用杨梅代替了。把新鲜的杨梅放入锅中，加入适量的冰糖，加水，用火烧开，等杨梅煮烂了，用铲子把杨梅肉压碎，汤汁变得红稠，酸香四溢，差不多就可以起锅了。将酸梅汤汁倒出，杨梅核撇去，放凉便可以喝了。酸梅汤酸甜可口，是夏季里必不可少的饮品，开胃消食，关键是好吃。

灰汁团，顾名思义，是用灰汁做的一道粉食。灰汁，是用稻草灰浸泡出来的汁水，是一种天然的食用碱，还带有浓浓的稻草香味。以前可能还没发明出食用碱，或者万物短缺皆贵，顶聪明的老百姓就用灰汁代替食用碱，令人没想到的是，反而做出了一种别具一格的美味。做法其实很简单，无非是将红糖、白砂糖、灰汁，一起倒入大锅里烧开，把烧开的糖水倒入脸盆，放入适量的粳米粉，快速搅拌，直至无颗粒状，然后搓成鸡蛋大小的圆团，放入锅里蒸熟，晾凉，便可以吃了。吃灰汁团，一定要冷透了吃最味美。这时的灰汁团呈棕黄色、深棕黄色（跟加红糖的比例有关），吃起来“凝结结”（宁波话，Q弹），爽滑，清凉，微甜，不粘牙。这道美味的关键有两点：一个是粉，一个是灰汁。假如不懂的人，误用糯米粉做，或用食用碱做，做出来的团，就没了那个味。而现在市面上卖的，大多是不正宗的。

地栗糕，现在的年轻人大多不知，它是宁波老底子的味道。地栗，即是荸荠；地栗糕，即是用荸荠粉做的糕。这道糕点的具体做法我就不叙述了，但我要说的是这道糕点已被山寨了——用的粉是山粉，即番薯粉，而用番薯粉做的糕怎么能称地栗糕呢？



爱上苦瓜

□马亚伟

小时候，母亲每年都会在院子里种上一架苦瓜。夏天，架上结出了大大小小的果实。母亲小心翼翼地把苦瓜摘下来，啧啧道：“苦瓜可是好东西呢！”

可我一点不喜欢苦瓜，它长得也不讨巧，浑身瘤状突起，让人看了心里都疙疙瘩瘩的。味道更是让人无法忍受，那次看母亲吃得香，我忍不住尝了一口，苦且涩，只好吐了出来。母亲却说：“那是你吃不惯！这苦瓜，越嚼越有味，吃到最后，留下满口的清新爽脆呢！”父亲也说：“嗯，好吃！”

那时候我真的无法理解，口味这种东西，怎么会有如此大的差异，难道我们的味蕾上有因人而异的识别密码？如果是这样，味觉也应该遗传，我也会爱上苦瓜吧？可我好像天生排斥苦味，真是没道理。

后来，我看书，书上说苦瓜被称为“君子菜”，因为不管它与什么菜在一起炒，也不会把苦味传给对方。苦瓜有君子的品格，我不由对它刮目相看了。不知是我看书看得痴还是什么缘故，总觉得某种植物有了某种品格便可贵了。

如今，母亲的小院里，苦瓜种得更多了。自从母亲知道了苦瓜有降血糖、血脂的功效后，几乎把苦瓜当成餐桌上的主打菜了。父亲的血压、血脂都有点高，母亲就用苦瓜来进行“食疗”。这倒正和了父

亲的口味，他说：“夏天就应该多吃苦瓜，还清热败火呢！”苦瓜的食疗效果如何我不清楚，但我知道，受父母的影响，我还真的爱上了苦瓜。

我爱吃母亲做的凉拌苦瓜。她把苦瓜切成薄片，在开水里焯过，用凉水降温，然后放到冰水里冰一下，这样苦瓜的味道更爽脆。再把苦瓜放到白瓷盘里，拌上鸡精、香油、白醋等等，最后再用几根红椒丝点缀一下。边缘有竹叶的白瓷盘，青碧脆嫩的苦瓜、鲜亮亮的红椒丝，单是色彩搭配上就非常和谐。我觉得这是苦瓜的最佳吃法，它不需要和什么东西混在一起，不需要什么东西陪衬，而是独领江湖，一下俘虏了你的味蕾。这种君子之风，是它骨子里与生俱来的。尝一口凉拌苦瓜，淡淡的苦味、脆爽的口感让味蕾兴奋，颇有苦尽甘来之感。

没想到多年后，我竟然会爱上苦瓜。我们的口味，真的会被时光和经历改变的。这是一个漫长而复杂的过程，就像我们对生活和人生的领悟一样，不同的阶段会有不同的理解。

曾经我们以为父母的管教是一种束缚，等走到岁月的某一个路口后，才恍然明白，那是爱！曾经我们以为生活永远都是甜的，直到经历了人生五味，方知苦味也是必不可少的味道。苦尽甘来，才是人生真味。