责编/李菁 审读/胡红亚 美编/周斌 照排/余佳维

梭子蟹进行时

□邓海波

又到了梭子蟹丰收季，也是宁波人狂买海吃梭子蟹的日子。每年从五月份封海禁捕，让大海休养生息后，将分期分批开放海捕，而八月份梭子蟹开捕，可谓是打响了开渔的第一枪。我们的舌尖在离别大宗海鲜几个月后，成群结队的海鲜又重返餐桌，故而这梭子蟹也称得上是海鲜登陆的先头部队。

对于梭子蟹，其实宁波人最通俗的叫法是白蟹，应该是其腹部呈白色而得名。所谓梭子蟹，是因其体形像织布的梭子而得名。学究气更重的又叫“三疣蟹”，缘于其背壳中央有三点呈疣状突起。我一直觉得汉语是最富形象化和想象力的语言，一旦入门就会触类旁通。比如命名法，常以一种常见事物喻名另一种事物，打喻形象，让人便于记忆。仅以海鲜为例就不胜枚举，用梭子喻名白蟹就是典型的一例。还有用瓜子喻名的“海瓜子”，把形体美如飘带的鱼叫“带鱼”，把善以释放墨汁作逃生掩护的叫“乌贼”，把长着一副龙首的叫“龙头鱼”，还有把形如炸弹的青占鱼叫“炸弹鱼”，把肉质紧实、其貌不扬的鱼叫“橡皮鱼”或“马面鱼”，等等不一而足。

此法用作地名的也不少，仅以宁波的简称“甬”和甬江为例，一种较为典型的说法是，“甬”字是古代大钟的象形字，在鄞、奉两地有山形似覆钟，由甬山而得名甬江，地名是为“甬”也。如今，梭子蟹穿梭于甬城大地，而产于宁波周边东海的梭子蟹，以其肉质鲜美、产量丰盛，名声也响若洪钟。

作为一个老宁波人，在“蛰伏”了一个休渔期之后，对市场里飘出来的浓郁海鲜味有天然的敏感，仿佛有了这来自大洋深处的味道，这市场才是完整的。而这时节于我们，也大有无蟹不成宴、无蟹不欢的“强迫症”。于是，在一个蟹肥黄满的日子，我直扑附近菜市场抢头茬蟹，一解久别野生海鲜之馋。

一进市场就把我看乱眼了，满世界都是养在水里鲜龙活跳的梭子蟹。对于老宁波人来说，梭子蟹的新旧印象反差着实很大。记得我们小时候，很少看到活的野生梭子蟹，一旦被捕上船，离开海水蟹就死了。而如今大部分摊位卖的都是活蟹。我还曾以蟹钳是否绑有橡皮筋，作为判别养殖蟹还是野生蟹的方法。但据说如今野生活蟹也是一只只被捆上了皮筋，以防相互搏斗掉钳。这对于一直固守着“野生蟹不活，活的是养殖蟹”观念的我，难免有些内心挣扎。

抵不住吃野生蟹的诱惑，我来到一个活蟹摊位前，以高于市场平均分贝的声音问摊主：“这是野生的吗？”不料摊主嗤之以鼻道：“这话问的，现在这季节还有谁吃养殖蟹？”我真觉得很多摊主都是优秀的心理学家，他这话，一下把我的面子和对他的信任度推到了峰值，我当即在这个摊位挑了几斤活蟹，以时不我待的速度返回厨房。

回家上锅一煮，满屋子都飘满了大海的味道，是那种吸几口就能让人咽下去几口饭的鲜香味。按我的经验，梭子蟹无论蒸煮，时间都不能太久，鲜蟹的魂是经不住火煮蒸腾的，不然蟹肉会紧实变柴，肉与壳也较难分离。尤其是肥壮的梭子蟹，只要煮到蟹黄外溢、浓香扑鼻，即可出锅上桌。

煮好的大蟹蟹肚子还是一如既往的白皙，而背壳已经由青灰色变成了红色。趁热打开蟹壳，这季节虽然没有蟹膏，但蟹汁欲滴、黄如浓浆、肉如鸡丝，咬一口下去，仿佛一辈子吃过的美味都浓缩在里面了。于是心生感恩，感慨和感谢大海，赐予了我们这么色香味俱全的美食。

还要感谢日新月异的技术进步，先进的捕捞技术和设备，几乎把我们与大海拉近到了零距离，使人们无论离开大海多远都能感受到她的滋养。我曾经通过网店给在北京的儿子寄过梭子蟹，第二天他们也能吃到与我们这里一样新鲜的大白蟹，那吃蟹时的啧啧声与赞叹声形成混响，通过视频不断传来。于此，反倒觉得我这个老宁波落伍了，都什么时候了，居然还抱守着“野生蟹不活”的老观念，很有些老宁波人不认得宁波新城新路新面貌的感觉。那好吧，让我们走起来，与这个大时代同步共进，直听得“鼓楼沿夜胜日出，暮鼓不与晨钟弱”。

带豆长翠

□安殷

有一些蔬菜，不必品尝，看颜色就已赏心悦目，比如带豆。

宁波人口中的带豆，是北方人叫的豆角，长长如飘带，色碧如玉。小的如鞋带，稍长的似松紧带，再宽厚一点则变成了腰带。小时候看电视剧《水浒传》，羡慕鲁智深胸前挂的大佛珠串，于是用两根带豆用线系牢，挂在胸前，当做珠串。

带豆也叫四季豆，春夏秋三季都可以下种。父亲只种一季，选一块旱地，在早春的二三月播下种子。等出苗后开始搭架子，用细竹竿搭成约两米高的架子，以便带豆攀援而上。带豆的花很漂亮，颜色各异，有嫩绿、鹅黄、粉红和深紫多种，虽无香，却也招蜂引蝶，惹人怜爱。等到盛夏季节，带豆成熟，垂挂如丝，因为产量高，望之累累一片，蔚为壮观。

带豆、茄子、蒲瓜，是以前宁波人夏季的长下饭。带豆洗之前，要掐掉两头，这样口感会好很多。我在山东时常吃豆角炒肉丝，或是清炒，加点蒜末，可以提味。豆角凉拌也好吃，焯熟后加麻油，也可以加点陈醋以助开胃，我女儿还要另加蒜酱。我老妈有种烧法，选用快落市、较老的带豆，煸炒后，加糖、酱油和醋，加水没过带豆。等大火煮开后，用小火慢慢焖，直到其外表起皱、软烂无比，连没牙齿的老太太也能嚼得动。尝一口，又酸又甜，入口即化，是下饭的利器，佐粥和泡饭尤佳。奶奶在世时，也喜欢这么做，她晚年牙口不好，这道菜她很喜欢。

嫩带豆焯熟后，可以炒鸡蛋。切丁后炒猪肉粒、牛肉末、香肠片，无不可。北方人把豆角和肉末做成馅，包饺子或包子。湖北人喜欢粉蒸菜，粉蒸豆角也是夏天的当季菜。四川人把带豆扔进酸菜坛子中，腌制一周后就可以吃了，有酸爽清脆的口感。酸豆角一般不臭，但柳州螺蛳粉中的豆角却有股酸臭味，喜者趋之若鹜，不喜之人则唯恐避之不及，我倒是可以接受。客家人吃豆角叶，当然是嫩叶，拿来清炒、凉拌，或者煮粥都可以，据说可清热降火。我没试过，想来和地瓜叶、南瓜藤的滋味比较接近吧？

遇到吃不完的带豆，焯水后晒干，则成了带豆干。想吃时再泡软，炖五花肉吃，是美味。豆角扣肉的格调比梅干菜扣肉要高，也更好吃。蔬菜经过晒制后，口感变甜，有阳光的味道。可以晒干的蔬菜还有很多，宁波的青菜蕻干有个好听的名字——万年青。市场上卖的颜色碧绿，做的汤色如雷雨后的碧空。

碧绿的蔬菜吃进肚里，如同夏日坐于清幽的竹林里，心情也变得绿色起来。我觉得，饮食上不必挑剔，不妨南北通吃、东张西望、横扫四方。

总第7000期 配图 汤青 投稿邮箱：essay@cnnb.com.cn

社址/宁波市宁东路901号 广告部电话/87348429 发行咨询电话/87685669 87682340 定价/每月30元 零售/每份1元 邮发代号/31—84
印刷/宁波报业印刷发展有限公司 法律顾问/素豪律师事务所罗杰律师、胡力明律师 地址/光华路299弄研发园区C12四楼 电话/87298700 宁报集团职业道德投诉/87654321