

“立冬补冬补嘴空” 让我们啃了这根甘蔗

江北区庄桥街道联群村,11月3日午后,陆续有人磕磕绊绊钻进甘蔗林。来的多是水果店老板,来进货。

种植户老陈和儿子小陈把新鲜劈下的甘蔗一捆捆扎好,肩扛手抬,送到老板们的车上。

民谚说“立冬补冬补嘴空”,明天就是立冬了,时令水果甘蔗的口感进入“好吃”的阶段,而啃甘蔗啃得龇牙咧嘴,也很契合“补嘴空”的说法。



小陈在收甘蔗。 记者 崔引 摄

A 等到霜落,甘蔗就好吃啦

“你看这甘蔗长得多漂亮,不仅直,而且没裂缝。”

眼下渐次成熟的甘蔗是今年4月20日左右种下的。半年多呕心沥血的打理,经受住台风“烟花”“灿都”带来的接连打击,看着甘蔗像小孩那样可劲儿蹿个子,老陈的语气中是藏不住的骄傲。

老陈的骄傲还有另外一层原因,今年是他第一年试种广西农科院培育的脱毒种苗,没想到还算成功,“不仅长得高、长得好,口感也比传统品种更更松更脆。”

老陈一家来自江西上饶,

在江北区庄桥街道联群村种了约35亩甘蔗。和往年比,今年甘蔗的价格卖得不算高,“40元一捆,每捆10根,去年可以卖到55元一捆。”老陈说。

价格波动受很多因素影响——

比如口感:甘蔗10月1日就已经上市,之前一直未到“最佳赏味期”,“最好是下一点霜,甘蔗叶有些发黄,就好吃了。”种了七八年甘蔗,老陈攒了不少经验;又比如“出镜率”:很多人买甘蔗,无非就是当季尝个鲜,如果走进水果店没有第一眼看到,或许压根不会想起眼下已经是

吃甘蔗的时节。

老陈说,本地甘蔗收到大雪节气前后告一段落,再往后大伙儿吃到的甘蔗主要来自广东、广西等地,价格或许会有所上涨。

等待水果店老板上门收货的同时,老陈已经开始为来年做打算。一旁田埂上,小工正忙着选蔗种,一般四个甘蔗节为一段劈下,每节都要有圆嘟嘟的“肉球”,也有人管它叫“蔗犄子”,是新生命的希望所在。

蔗种必须在头年秋天选好,埋到土里过冬,等到来年清明前后种下。

B 啃甘蔗的狼狈也是种乐趣

“在我们那里,很多水果店直接把甘蔗榨成汁,一瓶一瓶卖。”等待老陈劈甘蔗的间隙,一个来自厦门的水果店老板说,“你们这里就没人喝。”

或许正应了那句民谚“立冬补冬补嘴空”,喝甘蔗汁固然酣畅,却少了劈一截甘蔗握在手里啃的过瘾,哪怕啃得龇牙咧嘴、满嘴流汁,甚至戳破嘴唇,也是乐此不疲。

作家周作人在《再谈甘蔗》

中就说过:“所以要吃甘蔗,就只有自己嚼的那一个旧法子。”

除了“补嘴空”,随着立冬节气到来,甘蔗已成熟,吃了不易上火,水分也足,能有效缓解秋冬季的干燥。此外,民间还有“立冬食蔗齿不痛”的说法,意思是可以起到保护牙齿的作用。

除了榨汁、啃咬,甘蔗其实还有另外的吃法——听长辈说,将甘蔗节和竹箬叶放在一起煮,喝汤可以清火。

周作人在《关于荸荠》一文中也有类似的提法,只是又在其中加了一味食材:“荸荠”乡下有时也煮了吃,与竹叶和甘蔗的节同煮,给小孩吃了说可以清火,那汤甜美好吃……”

平时买甘蔗,大伙儿都会把顶端的叶子和梢头削掉。若是有心尝试,也可以将梢头里的芯剥出来,白白嫩嫩,有点像芦笋,用来炒肉或者做汤都是好吃的。

记者 石承承



小弄堂里的 米馒头店 蒸出老底子的 宁波味道

宁波人爱吃米食是出了名的。旧时逢年过节,汤圆、年糕、麻糍、米馒头等各类米食便会被摆上餐桌,但随着人们生活水平的提高,这些宁波传统美食越发难觅踪迹。

在鄞州区瞻岐镇嵩一村大嵩桥西北侧的弄堂深处,藏着一家米馒头店,远远地就能闻到淡淡的米香。

走进店里,舀米浆、蒸米馒头、打包……蒸气腾腾中,几个人各司其职,流水线作业。已是花甲之年的朱平飞是这家米馒头店的主人,她做米馒头已经二十多年了。

“大嵩的米馒头和其他地方的不太一样,跟小孩的拳头一般大小,颜色雪白,软糯不沾牙,味道香甜,不添加任何防腐剂,就是宁波老底子的味道。”朱平飞边说边招呼记者品尝。一口咬下去,松软Q弹,唇齿留香,回味中还带有一股淡淡的酒酿味,让人欲罢不能。

虽然做米馒头只有淘米、磨粉、发酵、蒸四个步骤,但要做得好吃,还有不少窍门。

“我的手艺是空闲时跟村里老人学的,但感觉大嵩米馒头有些酸有些硬,口感不是特别好,就在学的过程中不断调试米的比例,自己琢磨配方,一点一点改良。现在我做的米馒头松软甜口,不酸了,颜色很白,样子也好看了。”朱平飞说。

发酵是米馒头制作的最重要环节,由于宁波气候多变,温度、湿度变化较大,因此发酵过程更多需要凭借人的经验来操作。

一个蒸笼有十几个圆形格子,铺上蒸笼布,把发酵好的米浆快速倒入蒸笼的格子里,大火蒸约15分钟即可,黏稠的米浆变成了软糯圆润的米馒头,顶上会开裂,好似一朵白色的小花。

朱平飞家的米馒头口感好,有老底子的宁波味道,不仅周边居民爱吃,就连居住在杭州、上海、苏州等地的宁波人也会慕名前来购买,只为吃上一口家乡的味道。

朱平飞为了更好地经营米馒头店,不仅办理了营业执照,还申请注册了以自己名字命名的米馒头商标,她制作的大嵩米馒头,从此走上了品牌之路。

记者 郑凯侠 实习生 罗萍
通讯员 童诗涵



朱平飞做的米馒头。 记者 郑凯侠 摄



宁波海曙普仁医院 泌尿外科专业

健康热线: 0574-2785 9999

院址: 海曙区解放南路8号(兴宁桥西、天元大厦对面)