

食物的慰藉

□桑飞月

在《浙江散文精选》一书中，看到陈峰老师写木莲冻。

少时盛夏，哥哥发烧了，母亲便采来木莲为他做木莲冻。木莲冻是江浙一带的民间夏日小吃，用一种俗称木莲的果子揉制而成，为透明啫喱状，凉甜弹滑，炎热的夏天吃，会给人一种舒爽的感觉。以前常有乡下婆婆做了在村头卖，因其制作麻烦后来便很少见了。

母亲为了给哥哥退烧，下工夫做起了木莲冻。因是第一次做，疑似失了手，一舀就碎，但兄弟俩依然觉得很好吃。“小哥因为发烧连喝了两碗，据他自己说，喝完就浑身舒坦，热度真的下去了。”

看罢，立马想到了当前的网红食品——黄桃罐头。

在抵抗这场恶疫的过程中，人们除了储备药品外，还购置了一些黄桃罐头。听说哪位朋友感染了，便立马送去一些。

我社交不广，自感远离尘世，与新冠不可能有什么交集，也没有对它投入过多关注。没曾想到，有一天我发现门口竟有两瓶黄桃罐头，不禁哑然失笑。问了问我一朋友，果然是她送的。

黄桃罐头为什么这么受欢迎呢？这当然不是因为它有什么药效，而是它和木莲冻一样，在某些时候，是一种慰藉食物。

慰藉食物，是人们给那些能帮助缓解心情、放松神经的食物所起的名字，即通过食用自己喜爱的食物，而达到心理上的一种暗示作用。很多人都有属于自己的慰藉食物，只不过，这黄桃罐头的粉丝比较多而已，所以它火了。

罐头是上世纪八十年代流行的送人礼物。因便于保存，故得到这礼物的人家，通常也只会相对特殊的情况下才拿出来吃。什么时候最特殊最划算呢？小孩生病发烧胃口不好时。

“发烧，烧得晕晕乎乎的，母亲给打开一罐黄桃罐头，凉甜凉甜的，大快朵颐几块，再喝上两大口罐头汤，然后立马捂上被子，发汗！经过这一套流程，第二天基本上就能神清气爽。”东北的网友如此回忆道。

看样子，黄桃罐头有疗效，怎么回事呢？

众所周知，人感冒时容易没胃口，胃口一没有，饭就吃不下去，也就没战斗力了。而黄桃罐头，则是小孩们的心头好，其酸酸甜甜的口感很容易吊起胃口，吃下去，人就有了精神，身体机能也便随之增强，继而也便能把病毒战胜了。此外黄桃里面含有一定的维C，对退烧有着一定的辅助作用。不过，它最重要的作用是慰藉。

那为什么还非要黄桃罐头而不是雪梨或橘子罐头呢？因为“桃”同“逃”谐音，大家希望吃了黄



桃罐头能从疾病那里逃脱。

关于罐头，我也有一些甜蜜的记忆，但并不是和生病有关。

小时候，家里时不时地会有亲戚送来的罐头，雪梨的，桔子的，黄桃的……想吃时，妈妈就会拿一瓶来打开。罐头盖子是铁做的，里面有道橡皮圈。印象中，它很难打开。没有合适的工具，妈妈用螺丝刀撬很久也撬不开，把我们给急得，对甜蜜的期待膨胀再膨胀。最后，盖子终于打开了，每人分上一块两块，很快就吃完了，让人总有种意犹未尽的感觉。而正是这种意犹未尽，让我们想起它的好，像初恋。

长大后，对甜的食物有了新的认识，以至于在超市遇到罐头，也不想买了，同时也感到它有些过时。然而，人一旦处于无奈之境，比如面对新冠带来的高烧与无力时，就会想起它。由此可见，对于最喜欢的事物，人经常是将其埋在心底的，而且这种喜欢是由衷的，交织着浓密的情感。情感不会骗人。情感，也永远不会过时。

每个人都有自己的慰藉食物，有的是木莲冻，有的是黄桃罐头……于我，则是炒青菜，无论是生菜还是红薯梗，只要是绿色的，都行。用生姜、蒜泥、红辣椒炆锅，加一丁点儿酱油，炒得熟一些，就着它，再难受也能吃得下米饭后。有一次感冒了，胃口差，不会做饭的先生带我去了一家高档餐厅。结果，我还是只吃得下自己点的那盘蒜泥生菜。

人的胃口在最困难的时候，需要的不是山珍海味，而是心头小菜。人也一样，与这个世界相处久了之后，才会知道什么是人间浮华，什么是至亲至爱。

加菜

□周波

我的“超高厨艺”被同事认可，并向我竖起大拇指的是在疫情管控“加菜”的日子里。

那一年，由于疫情形势严峻，我们这一带成了管控区，人不出区，工作照旧。住在管控区外的同事回不了家，吃住都在单位里。我在管控区内有一套小住宅，生活用具一应俱全，每天还可回家休息。那些日子里，每当看到大家吃饭时的模样，我就有一种跃跃欲试表现表现的欲望，“对，露一手，给同事加加菜”，乘这个机会我要一显身手。

干菜笋蒸肉是家乡的特产，从小耳濡目染的我，偶然也烧过几次，也能受到家中“巾帼”的好评。“对，就选这个菜。”我是胸有成竹，既高兴又得意。

那天下班后，我特地去了趟超市，精心挑选了五花肉，采购了一大堆佐料。回到家后，从冰箱里拿出老家送来的干菜笋，五花肉切成薄片，按照一层干菜笋一层五花肉，外加两勺白糖的做法，满满地装了一大碗，放入高压锅内隔水蒸煮。烂熟后，取出放入铁锅里再回炒一会。呵，干菜笋和五花肉，已完全融化在一起了，油晃晃，香喷喷，真是一道正宗的“私房菜”。看看旁边还有几个西红柿，西红柿炒鸡蛋太普通了，我灵机一动，烧成了西红柿炒榨菜。接着，动手把两个菜盛进了两个大玻璃盒里。

中餐时，我来到大办公室，拿出早已准备好的两个菜，直接到微波炉里热了5分钟，拿出后打开盖，几位同事直呼“香，太香了！”纷纷向我竖起了大拇指，“没想到你会烧菜，还烧得这么好！”赞美声不绝于耳。

“这只是给你们加道菜，大家品尝品尝。”我故作谦虚地说着，把饭盒放在桌子上。大家都围了上来，你一筷我一汤匙地吃上了……

晚上，我还在加班，在厂里就寝的同事吃过晚餐后，把洗得干干净净的饭盒交还给我，并再三表示感谢。我是大跌眼镜，本想这两大碗是“加菜”而非“主菜”，加上天气寒冷办公室又有冰箱便于保鲜，省着点吃少说也能支撑到明天，甚至是后天，谁知两顿就吃得精光。

看到大家对我的“加菜”如此欢迎，下班后我又到超市挑选了块精肉和两袋香糟卤，选了些新鲜蔬菜。晚上，精肉白煮切成片后，浸在糟卤里，做成糟卤肉。蔬菜洗好后，晾着，次日一早炒好后，连同糟卤肉一起带到单位。就餐时又是一阵“欢呼”，我的“加菜”又成了“抢手货”。

上班空闲时，我煞有介事地征求“加菜”的意见，几个同事高度评价并一再感谢，然后，婉言提出还是“干菜笋蒸肉”这道“加菜”最好吃最下饭。我是虚心接受，马上就办，又忙着奔超市，在家收集干菜笋。

除了“干菜笋蒸肉”，总得还要拿出其他受欢迎的“加菜”，正当我绞尽脑汁黔驴技穷时，喜讯传来，疫情管控解除，随即恢复正常的工作秩序。

接下来的日子里，周围的同事还念念不忘我的“加菜”，经常向我竖起大拇指。但我没有飘飘然，因为我知道，不是我的厨艺高，而是在那个特定的环境里，我的“加菜”比较适合当时一日三餐在食堂就餐而想换换口味的同事，所以特别受欢迎。

第7157期 配图 李海波 投稿邮箱: essay@cmb.com.cn