



立冬萝卜赛人参

□严明夫

立冬节气已过,气温骤降,萝卜味道更好了。民间素有“立冬萝卜赛人参”“萝卜上市,郎中下市”的说法。可见白萝卜从古到今都被推崇为一种饮食与保健兼具的食品。

寒霜后的萝卜格外鲜甜,格外营养。因为寒霜以后,萝卜启动“抗寒”反应,萝卜所含的淀粉在淀粉酶的催化下水解变成麦芽糖,麦芽糖再经转换变成易溶于水的葡萄糖,萝卜自然就变甜了,同时营养成分也被锁住了,所以,这时吃萝卜是最好的时节,不妨多吃点。

萝卜制作方法多样,红烧、烤煮、凉拌皆宜,生吃熟吃都可。我最喜欢骨头烤萝卜的做法,方便快捷,没有爆炒产生的油烟油腻,而且洗锅又方便。

肉骨头最好选大的,大的猪腿骨,切成大块的,洗净放入高压锅,加料酒、茴香八角、少许盐,慢火炖,直到骨头酥软,灭火,等待冷却。这等待的时间就去屋旁地头拔萝卜了,这样更新鲜,叫落地鲜,从离开地面到入锅不过几分钟。

洗净刚拔来的萝卜,洁白如雪,一刀下去,嘎嘣脆,肉质晶莹透亮,水汪汪的。萝卜纵切一分为二,每一份再切成四五块,等切好了萝卜,此时高压锅也已经冷却。打开锅盖,放入萝卜,倒一点酱油,放几块生姜,不放水,因为萝卜里已经有很多水分了,盖上锅盖,大火烧。时间要控制好,不可太长,有香气冒出了就可以关火,否则萝卜太烂了影响口味。

几分钟后,打开锅盖,一份香气四溢、营养丰富的骨头烤萝卜就完成了。这份美味佳肴我可以大快朵颐美美地吃上一大碗,宁可少吃饭,并催促女儿快吃快吃。

白萝卜性凉、味甘,具有清热生津、开胃健脾、顺气化痰之功效。白萝卜中含有丰富的维生素C和微量元素,可帮助机体增强免疫力。这么有营养的菜肴,现在很多孩子居然不吃,让我感到不可思议。

我们读中学的时候,学校食堂每年会养一头大肥猪,到了年底学期将要结束时就宰了,那时有一道必做的菜就是猪骨猪杂烤萝卜。还没到午餐时间,香味已经四散在整个校园了,上课还哪有心思啊,恨不得早点下课。中午有口福了,而且不用买,免费赠送的,当然老师还有肉吃。一下课就争先恐后到食堂排队,唯恐错过这个好菜。这萝卜味道浓香、鲜甜、油水足,怎一个妙字能形容,吃了永记心头。

“萝卜上市,郎中下市”意思就是说,萝卜上市了,就不需要医生了,虽然有点儿夸张,但萝卜的确是个好东西。时代在发展,饮食方式也在变化,我想有些传统的饮食不能变,还是要发扬光大。

父亲的电话

□冯志军

据我所知,父亲这一生,从未正儿八经拨出过一个电话。

十几年前,母亲要求给她和父亲各买一部手机,便于藏裤兜。家里有座机放在床头柜,绛红机壳白色按键,盖块白底红花的手绢防尘,一按,“滴滴”作响,神气。那时,他们还年轻,常有电话来,话机连接起了退休生活和社会世界。特别是父亲,下午电话铃声成了“牌友”们的通知暗号,约好响几声搁掉。我和哥哥看看天色将晚,记挂他是否结束了在公园看牌观棋的一天,问父亲回家了吗?做饭了吗?吃饭了吗……接电话的总是母亲——“爸呢?”“厨房洗碗……”退休后,父亲承包了所有家务、母亲的“坏”脾气,还有我和哥哥有意无意的忙碌与疏忽。

母亲爱打电话,家长里短柴米油盐生活琐细,都通过电话来述说。大概幼时贫苦,心中缺乏安全感,母亲的电话有个特点,如果第一个不接,短时间内会打上好多个,有时我会忍不住生气。

父亲一次次因为电话的事,在母亲和我之间做“和事佬”。有次没看到母亲来电,正埋头改作业,门卫来找:“冯老师,门口有两个老人找你,你出去看看。”慌忙

跑出,是我的家长——母亲衣着随意满脸通红,眼里遮不住的担忧,手中只提溜着一串家里的钥匙:不接电话,我担心……旁边是讪笑的父亲,两手各提一个榴莲,看品相,该是刚从校园周边的水果店里匆忙买的。父亲面朝母亲向着背,像只巨大的手掌随时给予母亲安抚与温暖。看我出来,他忙低声对母亲说:“你看没事吧,女儿没接电话肯定在忙。”边说边忙不迭把右手边的榴莲给我说:“没事,就给你送个榴莲,”说罢又晃了晃左手边的榴莲对母亲说:“老太婆,回家吃榴莲吧。”家离我工作单位有七八公里,二老大概是乘公交来的,辛苦可想而知。我的心痛和内疚表现出来就成了脾气,与榴莲一般又刺又臭,但此时父亲手中的榴莲在我眼里,像他一般温暖、香甜且营养丰富。

父母俩对打电话这事的态度和方式截然不同。父亲劝慰:“没事别打电话,儿女忙。”父亲从没一个电话,在他心目中,儿女似是放归山野间的鸟,给他们自由。我想,父亲该是会打电话的,不然,在母亲和他因工作分居的近十年里,靠什么维持联系、培育感情、养大儿女呢?

父亲家里穷,只读过两年小学,因伤退伍后当了锅炉工。我想父亲应是会打电话的,毕竟是国营厂工人,连门卫都装有电话。他长年在外,对子女的宠爱,除了一包包寄回家的吃食,更多的该是电话问询。可那时村里和母亲所在的学校都没电话,若两人真用电话沟通,母亲又是在哪里接的呢?

也可能父亲真的从

未打过电话。不然,自他有了手机,为何我接到的每个电话怎么都是“空白”呢?挂断再回,他答:“打了吗?伐晓得呀。”他的眼已老花,手机只是他寂寞时的一个玩具。习惯砍柴摸鱼的手指摁不住小小的按键,我设置了他的手机,1、2是儿女,3是老伴……方便他拨弄。看看空白电话的时间:八九点,大概是去过菜场后的消闲;下午一两点,应是午睡后的无聊……他的手机大部分归母亲管——别用支付宝万一被骗钱,别关机万一要打急救电话……后来,有事我们干脆只拨母亲电话了,父亲的手机成了只喇叭,我擅自改了他的电话铃声,一有来电,手机就急急叫:老冯,降压药吃了没?老冯,别吃肉。老冯,不能抽烟……我和母亲殚精竭虑管着“老冯”的日常,退休日子还长,好生活才开始呢……

2019年12月26日下午,父亲生日。瞥见手机屏幕连续闪着“老冯”,心里笑:“这老冯,啥时也学追命call了。”下课后回过去一直忙音,不多久接到母亲电话:“你爸在抢救,快……”至此,到父亲去世的大半年里,他不曾对我说过一句话,更不曾拿起手机打过一个电话……

如今,父兄结伴去了另一个世界远行,我又远在四川支教,母亲独居,靠先生照拂。就算这样,母亲还是义无反顾放我出行,且从不肯主动打个电话给我。我成了母亲的母亲,每天几个电话,接起来无非这几句:吃了吗?吃了啥?睡了吗?睡得好不……

站在凉山州的坝地里,有风来,似是父亲隔着远山吹过来的暖意,拂得心头颤痛。

总第7244期 配图 汤青 投稿邮箱: essay@cnnb.com.cn