

D/IN/私房菜

“外婆牌”辣椒酱

■丽琴文/图

小时候,我喜欢去外婆家。不仅仅是外婆家有许多好吃的、好玩的,更有一道不算菜的菜——辣椒酱——让我直流口水。那种鲜辣劲,一直牵扯着我叛逆的味蕾。

外婆做的辣椒酱,醇香味浓,入口鲜美,辣里透着酸,酸里透着甜,甜里含着辣。外婆家有一只养水坛,将坛口外围装上水,再扣上盖子,那水就将空气隔离了,装进坛子里的食物就不会坏。在没有冰箱的年代,外婆的土制保鲜法,显得特别神奇。每年,外婆都会做上一坛辣椒酱,因为保存得法,能从秋天吃到下一个秋天,从不断流,也不会变质。

幼时的我,虽不谙世事,但亲历过外婆做辣椒酱的过程。从选择原料到加工成品,一道一道,亲自把关,像做一件精致的艺术品。

外婆将当年的新鲜蚕豆拿出来,放进木盆里,用清水浸泡三天,等干硬的蚕豆泡得胖乎乎的,一粒粒如吹足了气一般,外婆就忙活起来了。她将蚕豆倒进竹篮里,去水塘里反复淘洗干净,倒进大铁锅里

煮熟了,捞出,置入冷水中浸片刻,再剥外皮。剥了皮的蚕豆粒要拌入面粉,平摊在大簸箕里晾干,再去地里,摘一些南瓜、向日葵之类的叶子,覆盖在上面,放置到厢屋里。外婆说,这叫捂酱。约三四天时间,蚕豆表面长了一层白花茸毛,密密麻麻的。看到又长大密的茸毛,外婆的脸上露出欣慰神色。凭经验,这一年又可做得好酱了。等茸毛变成黄绿色,外婆拿出铲子,将酱料铲成块状,放阳光下暴晒一周,再浸入盐水缸里搅拌均匀。然后,移缸到外面,一个月光景,一缸色泽鲜亮,味道鲜美的蚕豆瓣酱就制成了。

小辣椒红的时候,外婆去菜地里一个一个采摘下来,放盆里剁碎,细心地筛去辣椒籽。其实,辣椒籽不筛,做出的酱反鲜美一些。外婆说,不去籽的,辣味太重了,我们这些小馋猫就不能吃了。外婆也会单独做一些,用于平时烧鱼腥菜肴做佐料。辣椒酱烧的鱼,香味能传出二里地,鼻子灵敏的人,打老远闻见了,都要流口水。

辣椒剁碎后,又去后院走廊的墙上取下干蒜头和干生姜,干蒜头和辣椒差不多等量,剥皮,剁成小块,干生姜少量,剁碎。

外婆做的辣椒酱,用油非常讲究。油是用来提味的,放多了太油腻,放少了,不但影响鲜美,还不利于贮藏。外婆会根据用料多少,在大锅里倒入适量的菜籽油,油烧翻滚后倒入酱,再烧开,将备用的辣椒等全部倒入锅里。这时,一股股酱香夹杂着辣椒和蒜子的香味热气腾腾地弥漫开来,直扑入鼻息。晶莹剔透、色味俱佳的蚕豆瓣酱就做成了。

放凉以后,装进养水坛里,封口,扣上盖子,倒一些清水养着。吃的时候,用勺子舀一些。常常等不得端到饭桌上,我就伸出手指勺一点放进嘴里,咸淡适宜,辣香鲜美,而且辣椒脆嫩爽口。

忽一日,我心血来潮,从超市里买一瓶蚕豆酱,又去菜市买一些小辣椒,学着记忆里外婆的样子,想一展身手做一回辣椒酱,但不知因为酱不是外婆亲手做的,还是火候等等其他的原因,终是没有做出外婆的那般口味。

曾经,见外婆整天忙碌的身影时,我不止一次地问过外婆,为何有那般的耐心。外婆说不出高深的道理,只是淡淡地说,希望我们吃得好,长得快。但我知道,那些细细碎碎的点点滴滴里,浸透的是外婆对家人殷殷的呵护和关爱。

美食,无关材质,只关乎爱。有了爱,青菜豆腐,也是世界最美的味道。



寻/味/道

苦瓜

■穆文清

记忆里,我是20世纪80年代初进城工作以后,才开始把苦瓜当菜吃的。大概是在某个夏日的午饭时,妻子把凉拌苦瓜端上了餐桌。初吃苦瓜,我被苦得直吐舌头,龇牙咧嘴,一副苦大仇深的模样。当时不解妻为何要做苦瓜菜吃,难道是要忆苦思甜?妻见我吃不惯苦瓜,便苦口婆心地给我科普了苦瓜药食同源的功效。自此,我这才知道,夏天吃苦瓜,有着清心火的妙用。

在后来的日子里,每年夏天,我家经常吃苦瓜。常吃,反倒不觉得有多么苦了,反而吃得有滋有味的。从这点看,人就是习惯的动物,习惯成自然,说的一点也不

假。虽然每年夏天常吃苦瓜,但也没有吃出多少新鲜的花样来。我家常吃的不外是凉拌苦瓜、苦瓜炒猪肉丝、苦瓜炒鸡蛋、苦瓜炒牛柳、苦瓜炖排骨汤等。其中,凉拌苦瓜,碧绿如翡翠,很是养眼。由于苦瓜丝经过沸水焯过,吃起来苦味也就若有似无了。淡淡的苦意一经咀嚼脆爽的浸淫,燥热的身体顿时有了几分清爽的感觉。凉拌苦瓜,竟能吃出些许生活的禅意来。苦瓜炖排骨汤,苦瓜不苦,排骨不腻,既清火,又滋补,是一道很受大众欢迎的夏日养身汤。

医学证明,苦瓜归脾、胃、心、肝经,有清热祛心火、解毒、明目、补气益精、止渴消暑、治痢的功

效。苦瓜还能降糖去脂,其内含高能清脂素,具有明显的去脂减肥作用,难怪它今天成为高糖高脂人家的家常保健菜。

苦瓜性苦寒,对于像我这样出身寒门的农家子弟来说,进城工作后,日子渐渐富裕起来,身体也长出了不少赘肉,吃苦瓜,就是让我的身心接受洗礼和再教育。苦瓜,无疑是我的灵与肉的减肥瓜。苦瓜清心火,有佛性。与其他菜配伍烹饪,不串味,不夺味。苦瓜有君子之德,是瓜中有操守的君子。

我不是苦瓜的拥趸者,但是,常吃苦瓜,却能使我的身心受到洗礼。苦瓜值得我认真地品味与反刍,修身也当学苦瓜。

有步骤。400—1400字。

6. 美食文化

淮安美食文化的探讨,美食史的揭秘。1000—2000字。

投稿邮箱:05172008@163.com。收件必复。

《淮海晚报》编辑部

名/菜/谱



红烧马鞍桥

五花肉洗净切块,大蒜去皮洗净,锅里放油下大蒜爆香,稍稍变色后盛起。还用刚才的油,放葱姜爆锅。下五花肉煸炒,稍变色就放入料酒、醋、冰糖、生抽、老抽。放开水加盖煮5分钟。黄鳝段放进锅里大火烧开后转小火烧40分钟。放盐收汁出锅。

该菜品因鳝鱼段与猪肉合烹,形似马鞍桥而得名。成菜色泽酱红,汤汁稠浓,鳝段酥香,风味隽永,同时具备补虚滋养、补阳调理等功效。

食/故/事

酱焖小鱼香

■纪效成

我的家乡毗邻绿草荡,河道纵横,渔网密布。像荷藕、菱角、鸡头、螺蛳、蚬子、河蚌等水中仙物,可以说是“寻常美味”。来我家乡走亲访友或是游玩的人,都会对我家乡赞不绝口,甚至还美誉为“江南水乡”。

其实,在家乡有一道很有特色的美食,那就是酱焖小杂鱼。哎呀,说起它,我的嘴里总会生津,仿佛嗅到了小杂鱼的酱香了。

记忆中,勤劳的邻人们划着小船驶向湖荡,将头一天下在沟渠里的网或鱼笼等收起来。邻人们的眼光瞬间变得柔和起来,微笑也在脸颊上溢出来:活蹦乱跳的水产品,像泥鳅、小河虾(小龙虾)、虎头鲨、昂刺、罗汉狗、小毛蟹等等,像是小星星,在深邃的小桶里发出亮闪闪的光,拖拽住人的目光,使人产生丰富的联想,仿佛见到袅袅升起的炊烟,闻到了浓郁的酱焖小鱼香……

如果遇到有人家筑坝捕鱼,像这些小杂鱼主人家一般不会吝啬的,邻居们可以在鱼塘边上捡拾一些即可带回家烧煮。主家人也是大方,不仅不计较,往往还会送几条大鱼。如果在平时,在挖泥或捞水草时,也会捕获一些。但是,在湖荡边长大的人,有几个没有捕鱼的本领的呢?一把鱼叉在手,就会有战利品回家;一把钓竿在手,餐桌上就会飘出诱人的酱水煮鱼的醇香。仿佛这一切,显得那样的自然,那样的娴熟。

大人们杀这些小杂鱼时,一般是不用刀的。技艺高超的人用手指将小鱼的肚皮轻轻一捏,挤出内脏,在菜篮里上下颠簸,再用清水洗净即可。而像小毛蟹、河虾之类,则不

用这么麻烦,直接洗净放入锅中,和小杂鱼一起焖煮。

昂刺虽有刺,但肉质嫩白,汤色奶白,口感极佳;虎头鲨,如果将头去掉后,简直就是一小团鱼肉,细腻鲜美,有质感。吃着这些小杂鱼时,连鱼刺都用不着剔除,其实就是没有办法剔除,因为这些鱼刺已经和鱼肉融为一体了。

烹饪小杂鱼时,现将锅烧热,倒油,放入姜末、葱段、红辣椒等翻炒,然后倒入小杂鱼,假如草菇老抽、家中自制的豆瓣酱、适量镇江香醋、精盐和少许鸡精等,大火烧开,小火焖煮,不一刻,鱼香四溢,村庄上空飘荡着浓浓的杂鱼香,勾起人的食欲……

晚上,院中餐桌上摆上一盘有红、有青、有黑的酱焖杂鱼,邻人们也会端着饭碗来串门,一起分享美食的喜悦。

家乡溪水里的小杂鱼,还是馈赠亲友的佳品。尤其是在今天,人们已经对家养的鱼鳖虾蟹等水产品不感兴趣了,几斤野河里捕捞上来的小杂鱼,颇显得与众不同。

我记得父亲在家乡任教时,就有邻人送过小杂鱼。我结婚后,妻子怀孕,想吃小杂鱼冻,就有同事煮好小杂鱼送来。杂鱼里饱含着浓浓的感谢之情、邻里之谊,就像乡村的奶白色的月光一样,晶莹剔透,令人流连,使人徜徉……

现在有些饭店里打出的“小鱼锅贴”,或许就是从家乡的酱焖杂鱼演化过来的,在舌尖上享受的同时,让人沉醉在乡愁里,鼻翼间,仿佛嗅到了酱焖杂鱼的香味了……

稿约

本报《美食之都》专版欢迎以下稿件:

1. 准厨记

为继承传统、敢于创新的本土厨师树碑立传。1000—2000字,有图更佳。

2. 名菜谱

图文并茂系列推介淮安名菜。

3. 食故事

有关饮食的百姓故事。800—1500字。

4. 寻味道

寻访藏于深巷的小吃,品味家传的民间菜肴。800—1500字。

5. DIY私房菜

私房菜操作手册。有文有图