

美/食/文/化

食/故/事

# 水乡小河鱼

■陆金美

那日在老家,发小抽干鱼塘。我临走时,他送我半篮子小河鱼。篮子里的小河鱼虽已刮鳞、剖腹、清洗干净,但我还是非常熟悉,小鲫鱼、鲦鱼、鳊鱼、虎头鲨、泥鳅、麦穗鱼、小翘嘴鲌,还有小虾子。

老家位于里下河,水资源丰富,河塘沟渠不计其数。小河鱼就是生长在这些河塘沟渠里的一些似乎永远长不大的小鱼。像鲦鱼、虎头鲨、鳊鱼、麦穗鱼、泥鳅、虾子等这些野生小鱼,只要有水域,就有它们的身影。即便新开的沟渠,只要有水和草,它们就像神仙一般地飞来了。站在堤上,就能看到“无数小鱼齐乱跳”的场面,它们在水面快活地觅食、嬉戏、跳跃。

我小时候居住的村子,几乎家家户户都有蹿网。蹿网是用三根扁平的竹片扎成一个三角形网兜,固定在一根长长的竹篙上。那时,大人都忙于队里的农活,我们孩子就背着鱼篓,扛着蹿网,相约去附近小沟里蹿鱼。我们把蹿网往沟里一放,两手紧紧地握住竹竿,沿着水底用力向前推,蹿网借着我们的身体力量,慢慢地向前,躲藏在水草和蒲根旁的小鱼纷纷逃进网里,蹿网里聚集的水草越来越多,我们心中也满是期待。慢慢将蹿网拖上水面,将网里的水草倒在沟坡上,就看见水草里有动静,心中一阵惊喜,忙用手扒开水草,果然里面有鲦鱼、小鲫鱼、虎头鲨、泥鳅、罗汉鱼。运气好的时候,还能蹿到大黑鱼、鲤鱼等。蹿上十几网,鱼篓里就有二斤小杂鱼了。蹿网在水里的推动声和蹿到鱼的尖叫声、笑声此起彼伏,真是:吃鱼不得取鱼乐。

到家后,把鱼篓内的鱼倒在桶里,都是活蹦乱跳的各种小鱼,最长一拃,最短大拇指长。母亲先把一拃长的鱼用刀刮鳞,剖腹清除内脏。大拇指长的鱼,处理的时候不用刀,也不去鳞,左手握着鱼头,右手在鱼的腹部掐

个口子,大拇指和中指在腹部一挤,鱼的内脏便从腹部的口子里流了出来,而且内脏完好无损。掐小鱼是个技术活,如果用力太大,就会把鱼胆掐破,胆汁流到腹腔,吃起来恐怕苦不堪言了。母亲把处理好的小杂鱼倒在篮子里到河里洗净,然后挂在厨房外稍微晾去小鱼身上的水分。这期间可以把红辣椒切碎,生姜切片,大蒜用刀拍扁,小葱切碎。

接下来母亲就开始煮鱼,柴火把锅烧热,倒入菜油在锅里炸熟,然后加水,等水烧热,把小杂鱼、红辣椒、生姜、大蒜、小葱、酱油等佐料倒进锅里烧煮,灶膛里柴火烧得旺旺的,很快就听锅里响起咕嘟咕嘟的声音。好多种鱼味交融融合在一起,那香味在整个厨房飘荡,馋得我们直咽唾沫。

小河鱼的做法很多,红烧小河鱼、小河鱼炖豆腐、油炸小河鱼、咸菜煮小河鱼等。我最喜欢在寒冷的冬天,红烧两大盘小河鱼,留一盘放在碗橱里。过上一夜,那盘小河鱼就自然凝固得结实实实,即使把盘子倒过来,鱼冻子也不会滑出。虽然鱼冻是冰冷的,但进入口腔后,就能瞬间转换成温和的鲜汁,在肠胃中游走,鲜香无比。对喜欢喝酒的人来说,也是一道很美的下酒菜。

“鲜”字鱼为首。汪曾祺在《鱼我所欲也》里写了他喜爱的鱼,有石斑、鳊鱼、鲈鱼、刀鱼及小杂鱼虎头鲨、昂刺等,并详细介绍了吃法是汆汤,加醋、胡椒。鱼肉极细嫩,松而不散,汤味极鲜,开胃。小河鱼是汪老的一缕乡愁。

我拎着篮子,对发小说,你做个蹿网,下次回家,你带我到河里蹿鱼。发小笑道,好的,你来提前告诉我,我把过去的发小找来,再来一次下河蹿鱼。是啊,如果发小在聚在一起,下河蹿鱼,那是多么快乐的事。

D/IN/私/房/菜

# 香菇油菜

■张秀荣 文/图

这道菜为淮扬菜系一道家常菜。香菇为食药同源的食物,有“植物皇后”的美誉,其维生素D的含量丰富,有助于人体钙的吸收,预防骨质疏松,而油菜中含有大量的维生素,对预防口腔溃疡有益处。这道菜清新淡雅,简单易学,美味营养,适合夏天吃。

**原料:**香菇、油菜、香葱、姜、蚝油、大蒜、盐、鸡精、生抽。

**做法步骤:**

1.将油菜去根剥成片清洗干净待用。

2.鲜香菇用淡盐水和面粉浸泡1分钟,用流动的水洗干净待用。

3.香菇切花刀。

4.锅里放清水、少许盐烧开,将油菜放进盐开水里焯一下,捞起装盘摆成花型。

5.油热放葱、姜、蒜、蚝油,放香菇炒出香味。

6.适量加点水,放适量盐,盖上锅盖把香菇煮熟,加鸡精、胡椒粉,最后淀粉勾芡收汁儿即可出锅了。

7.把香菇摆在油菜盘上即可。



第四届中国(淮安)食品博览会上的淮扬菜

# “和精清新”淮扬菜

■林启东 文/图

淮安是中国淮扬菜主要发源地之一,它始于春秋,兴于隋唐,盛于明清,发展至今,淮扬菜点已有1300多种,一直以“和精清新”的独特理念立于中国传统四大菜系之列。

淮扬菜“和精清新”的文化特征:

追求天地万物间的太和至美,是中国古典哲学与美学的最高境界,映射到淮安饮食文化及烹饪技艺中,追求以淮产淮菜,勿伤天和。取料平易,多为当地野生或养殖种植的土特产品,尤为反对野蛮捕杀濒危稀有之物。烹制手法力求平和,主张以博大精深的烹饪技艺,推出变化无穷的美食精品,而无须以失去人与自然的和谐为代价。

追求养生为要,组配谐和。

原辅料的配伍以及筵席拼盘组菜,既重荤素、品状、质感、色泽相协调,强调依据原辅料“寒热温凉”不同性味,适应不同气候下的风寒暑湿燥火之变,尤其是一菜之内,相恶相畏之料不可并用。一席之中,性味相反同食有害之物不能混用。

追求口感适中,味众至和。

“咸淡酸甜苦辣鲜”过犹不及,均不协淮菜宗风。孟子曾揭示一条生活哲理:“口之于味也,有同嗜焉。”所谓“同嗜”,即普天下男女老幼都觉得好吃,这也是淮扬菜和历代厨师孜孜以求的特色和优势。

崇尚本味之鲜美,力求原汁原味,追求本味之绚丽。

菜点以味取胜,不过分偏重着色、造型,不刻意追求姹紫嫣红、花团锦簇的目色效果。以独特的焗焔烧焗焔之厨艺,烹制各类羹汤菜汁或“浓厚而不油腻”,或“清鲜而不淡薄”,崇尚“一席半斋”。

自古以来,淮安寻常百姓家一直保持着简朴而不肯粗陋、精洁而不喜奢华的饮食风尚,平素也有搭食野菜花卉的习俗,既有食疗养生的功效,还可调剂口味。时鲜野蔬,清爽宜人,成为淮扬菜的一个鲜明特色。

艺无止境,精益求精,是淮厨永远不变的追求,也是他们在激烈竞争中立于不败之地的需要,淮菜的精致,烹艺的精湛,就是在这样的历史条件下形成的。具体说:

一是讲究选料,前期加工。节令、产地、品质、部位都有考究。

二是讲究刀功技法,因料而异。

三是讲究烹技火工,百变不穷。火候掌握坚持以菜论火,按需给热,擅长“炒烩炸焗、浸爆蒸烧、抓煮炖焗”等技法,尤其是小炒中油爆滋一线油,旺火速成,堪称淮厨神技。

四是讲究调味精深,百味各异。全鳞席、全羊席以其同一种主料,做出百十品肴点,且一菜一味,异彩纷呈,如此高超厨艺,只有经验老道的淮扬大厨才能把握。

有着2500多年历史的淮安,为淮扬菜的传承和发展留下了厚重的文化积淀。从《尚书》记录下的“淮夷贡鱼”开始,淮扬菜系在秦汉辞赋家枚乘《七发》的“王府园林宴”里成形,历经数千年的传承、发展,淮扬菜终于在1949年的开国大典上成为“开国第一宴”。

截至2020年底,淮安已举办了12届淮扬菜文化美食节;4届中国(淮安)食品博览会;16届洪泽湖国际大闸蟹节;21届盱眙国际龙虾节。

2021年11月8日,联合国教科文组织宣布淮安入选“世界美食之都”。这是继成都、顺德、扬州和澳门之后,第五个人选“世界美食之都”的中国城市。

淮安市商务局副局长许志豪接受媒体采访时表示,跻身“世界美食之都”后,淮安将更好地在全球传承和弘扬淮扬菜美食文化,促进淮扬菜产业向特色化、国际化转型升级,深入挖掘文学、影视等作品的美食元素,推动美食与旅游、文化与创意更加紧密深入的结合。

江苏省餐饮行业协会会长于学荣认为,“世界美食之都”作为淮安的国际名片,将有助于提升淮安在国际上的知名度和城市品牌形象。同时,扬州、淮安先后获评“世界美食之都”,意味着淮扬菜在世界上得到更广泛的认可。未来,协会将促进两座城市在美食上紧密结合,让淮扬美食香飘天下。

名/菜/谱

# 一鸡九吃

■高建平

一只仔母鸡有九种烹饪方法,叫一鸡九吃。我听淮安大高皮巷韦珍琏老太说过,她母亲薛正英是民国时期的大学生,在家教私塾,会一只鸡子九种烹饪做法,每次她都替母亲做下手。

韦老太说,将农家散养的三黄仔母一只宰杀以后,放入煮沸的水中,左右前后翻滚全身浸透,然后捞上来,拔毛,褪去鸡爪老茧,用刀剖开鸡肚,去内脏。内脏能食用的肫、肠、肝,全部保留并洗净备用。

第一种做法:将三黄仔母鸡洗净后,取头颈、鸡翅、鸡爪、鸡骨架,加葱、姜清水煮熟去腥,改刀装盘,浇调味汁,成“飞叫跳”。

第二种做法:将新鲜鸡血、鸡肠经开水稍微焯烫后,装碗,注入

鸡汤,淋上小磨麻油,撒上青蒜末与香菜,成“血肠汤”。

第三种做法:鸡肫、鸡肝,经刀加工后,配以白色的荸荠、绿色的青椒片,铁锅里放猪油,放生姜葱炸香,爆炒淋上“灵魂调汁”,装盘,成“爆肫肝”。

第四种做法:取半边鸡脯肉和鸡里脊肉斩成茸,加绍酒、酱油、香醋、白糖、精盐、味精等调料、葱姜汁、湿淀粉搅拌均匀,一半加鸡蛋清和匀,入大油锅滑炒装盘,撒上火腿末,成“雪花鸡片”。

第五种做法:米粥加鸡汤和匀,加上青菜心,在油锅中焗烩装盘,撒上火腿末,成“鸡粥菜心”。

第六种做法:另半边鸡脯切丝,加绍酒、酱油、白糖、精盐、味精

等调料、湿淀粉上浆,配以姜丝,滑炒成“瓜姜鸡丝”装盘。

第七种做法:取鸡小腿肉和鸡翅斩成块,加绍酒、葱、椒盐搅拌,淋上蛋清米粉糊,入热油锅中炸黄,装盘,淋上小磨香麻油,成“炸鸡块”。

第八种做法:剩下的鸡腿肉,一半剖刀、切丁,经上浆、滑油后,加苹果丁翻炒,装盘成“熘仔鸡”。

第九种做法:另一半鸡腿肉剖刀、切丁,经上浆,加红辣椒、香醋、白糖、精盐、味精滑炒,装盘成“辣仔鸡”。

韦老太说,她母亲把一只仔母鸡,做成九种菜肴,一盘一盘的,一碗一碗的,都放在韦家大堂屋内的八仙桌上,等客人来品尝。