

莲藕——《秋啃“三白”》之三

◆人生韵味 ◆潘江涛

坊间有个词叫“藕白”，色度虽稍逊于萝卜、山药，但味一点也不亚于它俩。

莲藕源自印度，如今却是江南水乡的特产。单从肤色外观上看，它是不是跟华夏民族更合宜投缘？这让我想起佛禅，诞生在喜马拉雅山南麓，却在东方这片古老国度获得更多感应与信众。

莲藕分早、中、晚三茬，从夏天开始，一直可吃到来年春天。第一茬藕叫早藕，一般每年7月开挖。

早藕脆嫩，生吃可凉拌或榨汁，也可与鲜梨、甘蔗等搭配榨汁，特别适用于口渴、焦躁等症。只是，生吃须有生吃的保障：洗净去皮，细细切成薄薄的圆片，再用开水冲洗三两遍。当然，还可根据个人喜好放点香油拌着吃。

安徽作家钱红丽喜食莲藕，但似乎不太喜欢生吃或凉拌。她在《一人食一粟米》中说：“窗外秋霏弥漫，莲



藕正当时，不用它来煲猪骨头，简直可惜。藕要老藕，炖出来既香且糯……稍微有一点荤油漂在面上，像雨后浮萍，拿勺子撇一撇，底下的汤依然一清到底，小排的肉香和莲藕的甜香双剑合璧，直抵口腔深处。”

钱红丽口中的“藕”其实不老。因为立秋以后开挖的藕叫“中藕”，藕里的淀粉比早藕多，吃起来也就糯一些。中秋之后，藕里的淀粉足，更适合炖着吃。

章鱼是寻常的海鲜。有一次，我出差某海滨城市，有幸吃到一锅添加了章鱼的莲藕炖排骨，鲜得让人掉眉。品尝唇吻之后，“喜新厌旧”，连忙讨教厨艺，竟是如此简单：猪肋排切成小块，用开水烫去血水并且洗净；莲藕洗净去皮切大块，章鱼干泡发切块；陈皮、红枣冲洗干净。锅中加入适量的水，开锅后放入所有材料，煮沸后转小火煲2小时即可。

简单的食材，简单的烹饪，就能成就一道滋味鲜香、老少皆宜的美味，不独吃起来舒服，而且亦饭亦菜。譬如藕片与藕夹(盒)。

莲藕切片，裹以面糊，入锅油炸，其色艳，其味浓，吃口外焦里嫩，带着莲藕之清香。倘若两片之间不切断，中间夹上剁碎的肉末，辅以葱花、胡椒、姜末之物，面中有藕，藕中着肉，遂成藕盒——水灵清新之藕，温软香醇之肉，油炸之后齿颊留香，还是顶级下酒菜。

藕有九孔，亦有七孔。九孔者质脆，适合炆拌；七孔者质糯，适合炖煮。记得汪曾祺先生有篇小说《熟藕》，写人间温情。书中老头儿煮的藕，料想是七孔的，铁镬木柴微火煮七八个小时，一定“面”透了。

莲藕真是个好东西，从国学“药食同源”的角度讲，生吃，可当水果；熟吃，健脾开胃，止泻固精。经常用脑的人多吃熟藕，益血补髓，安神健脑；女性常吃，养血补血，调养面色。只不过，它富含淀粉，血糖偏高或者想控制体重的人群，在食用莲藕的同时要减少主食的摄入。

好吃莫过花下藕。上市食藕头，下市吃藕尾。在山渐寒、水渐凉时，且让我们选一节十一孔的莲藕，在岁月的文火里，慢慢地炖一锅浓郁的排骨汤。然后，在一缕缕藕香四溢的芬芳里，默默念想那一株佛前的莲。

豆皮素包 义乌的味道

◆笔走万象 ◆邹鲁

食物之于我们，早已不是果腹那么简单。有的时候，它承载了思念和回忆，是岁月里心上的滋味。在义乌，妈妈做的豆皮素包，是很多儿时最美好的舌尖上的记忆。

豆皮素包，传统称为豆腐包或豆皮包，类似于杭帮菜的“干炸响铃”，只不过豆皮素包是长长的豆皮卷条罢了。这是义乌及周边地区特有的地方风味小吃、历史悠久的年菜。家家户户都会做，特别到了清明、冬至，是巧妇们必做的一道菜。是拜祖先祭品中必不可少的一道菜。在义乌大多数的农家餐馆里，也少不了这道菜。

油润白净的豆腐皮在浸润之后，被裁成一张张薄片，经主妇的巧手一摆弄，豆腐、青菜或白萝卜、糯米等馅料立即被包裹在小小的豆腐皮内，透过薄如蝉翼的豆腐皮，里面的馅料一览无余。豆皮素包裹好之后用油炸成金黄色，豆皮和馅料在油煎声中传来了浓郁的香味。端上桌的豆皮素包，油光的金黄色豆腐皮里，透着那青菜的翠绿或白萝卜的洁白和晶莹如白玉一般细腻的豆腐。筷子夹起来咬上一口，皮层突出了豆香，里层鲜嫩比“干炸响铃”多了几分柔意，舌尖触碰的是外焦不酥内嫩而柔的感觉，恰似江南义乌女人的外韧内柔。

豆皮素包做好的关键，就是得有一张好的豆腐皮。义乌山区出产的传统豆腐皮多采用优质黄豆、天然泉水制成，可能由于这些山区的水好，做出来的豆腐皮味道也特别鲜美。

以前，很多农家都会架起两三口炉灶，煮豆浆制豆腐皮，做好的豆腐皮挑到各大农贸市场去卖。后来人们办起了厂，豆腐皮制作也上了规模。如今，入冬以后依然可以看到零星的农户制作传统豆腐皮。凑巧的话，我们依然会在美如画的乡村看到制作过程。

豆腐皮，靠的是一个“捞”字。豆腐皮滑腻如脂，轻薄如纸，五十张豆皮叠放在一起，厚度才只有五厘米，这样算下来，一张豆皮，平均才只有一毫米。这需要师傅对捞皮时间的掌握恰到好处。去皮泡好的黄豆，用上了年头的大石碾，细细磨成豆浆，然后倒入浅底平锅里，添柴慢火煮沸。火候的处理，尤为重要。火势太旺，结皮速度太快，往往来不及捞，豆腐皮就变得过厚。火势太弱，则结皮速度慢，很难捞起。

“滴珠磨磨湿霏霏，炼作琼浆起素衣。”(《豆腐诗》，元·张劭)从豆腐皮制作间看到，里面蒸汽腾腾，看不清师傅们的脸。他们见到锅里结起一层薄薄的豆腐皮，就娴熟地从一口口冒着热气的大锅里，用两根细竹竿从结成的豆腐皮下面挑起，捞出一张张透明带着微黄的豆腐皮，一张张整齐划一地晾在了竹竿上。待晾干之后，这些豆腐皮就可以包装妥当，自家享用或销往各地。

传统的口味才最正宗。豆皮素包馅料，最传统最经典的是白萝卜和盐卤豆腐调制的。制作豆皮素包主要原料是新鲜豆腐、鲜嫩白萝卜、豆腐皮等，可使用姜末、葱花、胡椒粉、精盐等调味品。先将白萝卜洗净切成丝，放入沸水中煮熟捞起挤干水分，新鲜豆腐也沥干水分；锅置旺火上，下油(民间最经典的是用猪油)锅烧熟放入姜末炒出香味，加入萝卜丝煸炒出香味；卤水豆腐捏碎入锅，翻炒三分钟后豆腐微微发黄锅里无水；葱末入锅继续翻炒半分钟，加入精盐、胡椒粉翻炒几下，馅料出锅。

豆皮素包的包制方法并不难。首先把一张浸泡好的豆腐皮，裁成四五块大小的样子并平摊开；然后将微热的馅料，包裹在一张张豆腐皮中，卷成长条，用湿淀粉封口；然后将豆皮素包收口处朝下放入油锅里，小火煎十几秒或中火炸几十秒，到呈金黄捞出装盘即可食用。一般情况下不采用油炸的办法，这样很容易使豆腐皮散开而不可收，虽然这散开的豆腐皮更焦酥脆香，之于豆皮素包却品相差了些，用煎的方法可避免这种情况发生。

包馅，要趁热。凉了豆腐皮不容易粘合。入锅，收口朝下，这是为了豆腐皮遇热粘合防止漏馅。煎制，要小火。豆腐皮比较薄，不能用大火煎，否则很容易煎糊了，小火慢煎，底面变黄之后翻面，再煎另外一面，两面煎至金黄，就能出锅了，因为是素馅的，很容易熟。

豆皮素包的馅料经过多年的发展，民间百姓如今已经不再以素为主题。馅料里面加点肉馅，比如萝卜牛肉等，荤素搭配更显美味。若纯粹用肉馅包裹，则豆腐皮还需要炸得更加酥脆些，才能品出肉质的鲜美、豆腐皮的松脆。

豆皮素包最好是现烤、现吃，讲求的是新鲜。吃时用筷子夹起，将豆皮素包一端蘸些鲜制辣椒酱或番茄酱，其香、软、清爽之口感，不言而喻。我更喜欢吃蘸任何蘸料直接入口，感觉如此更鲜嫩不油腻、素雅纯洁。本色最美味。

说是美味，并不全在于味觉，而是一种情感体验，是风华流逝的怀想，是岁月里心上的滋味。豆皮素包，却是一座城市的传统美食，这是属于义乌的味道。

◆汉诗节拍

秋去秋来

◎杨庆文

秋天来的时候
其实我们真不知道
还是那么热
与夏天没有差别半分

慢慢地
山坡上的枫叶红了
两旁的银杏金黄金黄
如同发财树一般
梨好吃了
有人也开始做蜜枣了
这时候我们知道
秋天来了
而且来不少时间了

悄悄地
蟋蟀的叫声响了
让人很想从草丛里一探究竟
收集一枚红叶
仔细把它拍在相册里
发现一段好文字的时候
毫不犹豫地把它当押题照发在朋友圈

一方水土一方人家
秋天的颜色如晚霞
宁静处
秋虫呢喃
此时有无数记忆
随便想来皆是童话

月光里
笑声中
饼圆
凉意一阵
秋
你来去自如



娟子摄于植物园

秋声

◎杨达寿

白露节气一打手势
枝丫的寒蝉高调退位
南归的雁阵齐唱天歌
惜别的蛙鼓阵阵
众多的金蝉稻叶不约而同和鸣
伴着清泉奏一曲美妙的交响
明月驻足树梢静听
低屋高楼的键盘和光写意
低吟浅唱的秋虫月下抒情
蜻蜓与素荷一次次再次吻别
一片片元老叶儿携着几声鸟鸣
在浙沥的秋雨里悲壮地离去
悄悄兑现高位时认定的那份初心

江滨纳凉

◎骆正菱

柳梢残月静如钩，
湛蓝晴空星星闪烁，
最爱纳凉听夜曲，
风中蝉鸣韵悠悠。

感谢你们一路同行的风姿

◆心香一瓣 ◆心怡

端午的清晨，阳光正好，微风不燥，在妇幼保健院待产第3天的我感觉腹部规律阵痛，随即产房的医护人员开始了有条不紊的准备工作。

随着宫缩频率加快，阵痛袭来更加频繁，如同潮水永无止息地拍打礁石，一波未退，一波又起。痛苦的我不得紧紧攥住了床单一角，额头上也有丝丝冷汗渗出。在我闭眼极力忍受之时，有一双温暖的手轻柔地帮我拭去额间汗渍，心中不由得淌过一阵暖意。随着产程的推进，宫口已开五指的我，终于可以用上无痛分娩，守候在一旁的麻醉医生温柔地帮我调整好姿势，冰凉的药液注入身体，宫缩带来的强烈痛楚慢慢消失，取而代之的是舒适与平和。

“你可以小憩片刻，以恢复体力。”助产士体贴暖心的话语在耳畔响起，暖阳倾泻，如水的灿金色，透过玻璃窗悄然起舞，为产房增添几分温馨与宁静。

时间流逝，一阵接一阵的宫缩，一次又一次的努力，都为新生儿的诞生积蓄力量。终于，在亲人的祈盼中，在医护人员的鼓励下，嘹亮的哭声响起，小朋友带着祝福来到世间，迎来属于自己的风姿。

现。我呆望着天花板，心中勾起对外祖母深切的思念，悲叹生命无常，心底一片酸涩。

然而，终究是不同以往。外祖母面对凶险的产后出血时，只有孤身一人，而我的身边有着优秀的产科团队，有着专业负责的医护人员，她们与我一同面对，与我并肩作战。

主治医生潘医生在经过细致的探查分析后，判断是宫缩乏力引发的产后出血。她从容冷静地指导医护人员，采取各种抢救措施，并不断按压我的腹部为我止血。

一分钟，两分钟。五分钟，十分钟。二十分钟……

在这以命相托之际，潘医生一心赴救的卓然风姿让我刻骨铭心、永志难忘。持续的按压，让她略显疲惫，可她依然用温柔的话语予以关怀慰藉。如春风，似朝露，令人心安。

新闻报道中可歌可泣的抗疫事迹令人动容，然而生死交关之时，我才分外真切地感受到医护人员敬佑生命、救死扶伤的高尚情操。身姿如朝霞，情怀皎若皓月。

几天后，我顺利出院。感谢你们，伴我走过这段向死而生的艰难之旅。你们身着白衣，心怀锦缎。你们以幸福之名，守护着人们的健康、平安，用爱演绎世界的美好深情。

感谢你们，一路同行的风姿。



感谢你们，一路同行的风姿。