

## 舌尖上的江南春色

谈正衡

江南的丰饶与温润，最能显见于舌尖上。

春天来了，芳菲盈陌，到处都是浓绿而多汁的鲜碧野菜。荤的不论，单说素的，菜园里除了鲜嫩的春韭和宽衣大裳的莴笋外，野菜多的是，草头、紫云英、野蔷薇的嫩茎、白茅草的鞘穗、水泽里茭白的嫩心皆可炒食。至于野豌豆苗，《诗经》里称作“薇”，“采薇采薇，薇亦作止”，采回来，焯过水，投加了蒜蓉油锅中爆炒，有股动人的清香。如果说枸杞头的味道太过温和而不够显扬，那么清明时节做成粿粿的食用艾蒿略带苦味的清香，尝过一口会让你一辈子都忘不了！此外，还有许多应时鲜花亦可入馔，比如玉兰花瓣、成串的紫藤花与洁白的槐花，或拖了淀粉炸黄，或直接下到汤镬，做成家常糕饼也行。更有一种俗呼“地苔皮”“地拉子”的地皮菜，黑中泛绿，形似袖珍木耳，为一种季节性菌类和藻类共生体，清炒或做汤，极清嫩鲜美。

### 【春水新涨说芦蒿】

芦蒿是一种天生地长的野菜，散落在江淮和芦苇洲上。草长莺飞的江南三月，正是芦蒿清纯多汁的二八年华，十天半月一怠慢，就是迟暮美人不堪看了。二月芦，三月蒿，四月五月当柴烧；“听说河豚新入市，菱蒿春笋急须拈”，就是咏叹芦蒿青春年华之不容耽搁。

入口脆嫩的芦蒿，辛气清冽，不绝如缕，正是那股撩拨人的蒿子味，让你眼前总是晃动着江淮上那一丛丛青绿。远离长江的外地人可能闻不惯那股冲人的青蒿气，吃不进口。从南京到镇江，这头再上溯到武汉，沿江一带的人都极馋这一口地道的浓郁蒿气。那是清香脉脉的田园故土的气息，是饱含江南雨水的味道的乡愁呵。按汪曾祺说的，“就好像坐在了河边，闻到了新涨的春水的气味”。《红楼梦》里那个美丽动人的晴雯爱吃芦蒿，我猜测，长江边或许正有她思念的桑梓故园。

### 【离离马兰拌春尝】

呦呦鹿鸣，食野之苹。这里的“苹”，就是艾蒿，是春日最具乡土情怀的野菜。说到诗经，那真是每一页都长满了荠、蕺、薇、紫、甘棠、卷耳、苕菜的芳草地，而诗经时代的《鹿鸣》，便是宴会宾客的诗呵。

早春的当令野菜，首推马兰头。马兰头，正是一种旺生于路旁的艾蒿类菊科植物。“马兰头，拦路生……”这是存于明人《野菜谱》里的俚语歌谣。江南的初春，乍暖还寒。但一场春雨后，几乎是一夜之间，一丛丛一簇簇茵茵翠翠的马兰头，在田野，在路边，在沟渠旁，破土而出，遍地都是它们绿得鲜亮的生机勃勃的身影。要想咀嚼一下春天的味道，那就带上小铲或小剪采挖马兰头去。采马兰头，又叫“挑马兰头”，轻挑慢捻抹复挑，一个“挑”字，该让人想见多少春野上的轻盈风姿。

雨后初晴，异常鲜肥的马兰头嫩绿的叶子上还挂着晶莹的雨珠，真正的青翠欲滴，而它们幽幽淡淡的红茎就在柔

### 【一笺素蔬浓如染】

春暖花开，正是蔬菜最为鲜嫩的豆蔻华年，“花满苏堤柳满烟，采蔬时值艳阳天”，是说西湖采蔬场景的。蔬菜只出没于江南的湖沼池塘，只有烟雨的江南，水墨的江南，才滋长出这种水灵纤巧有着无比腰身的尤物。在杭州西湖、苏南太湖边，人间四月天，眼见所有娇嫩就要被夏季的蓬勃奔放取代，忍不住地怅然，幸亏还有款款曲致的蔬，活泼泼地奔跑舞动于水泽间，抓住它滑溜溜令人心醉的味道，也就于口舌间留住了春天的遐思。

其实，同鱼翅一样，蔬菜本身是没有味道的，只有把它加在汤里，搭配鸡丝、火腿一类荤食，才能引伸其中的妙处。叶圣陶是苏南人，深谙此物之美，曾说过，蔬菜“嫩绿的颜色与丰富的诗意，无味之味真足令人心醉”。40多年前，我在无锡一家餐馆第一次吃到蔬菜。那是一碗汤，几片细长暗碧的叶子，似茶非茶，半舒半卷悠悠然浮在有玲珑肉丸和鲜青的春笋丝打底的汤中。连汤带叶片舀一匙入口，觉得滑滑脆脆的，细品，有一种爽口的清香，很是鲜美，教人一

下就记住了那种从未有过的口舌享受。后来一个暮春的艳阳天气，我跑到大湖边，为的就是看看蔬菜的生长模样。蔬菜星星点点地漂在水面上，铜钱般小小圆圆的叶，正面鲜碧，背面紫红，看上去滑滑嫩嫩，捞上来用手一摸也是粘滑粘滑的。这蔬菜同我老家乡下水塘里一种俗称“苕叶苕子”的水草十分相像，我们那里也有人初夏时采其嫩茎来凉拌了吃，但没见过有人食嫩叶的。看着那些太湖女子采蔬，她们犹如采茶一般，左掠右捋，只采沉没在水中尚未及舒展开的新叶，指尖的感觉极其细腻精准。新叶小小细若纺锤形，被一层清明的胶质包裹着，颤颤亮亮的折射着春水的光，充满灵气和诗意。据说，采蔬菜是不能划船的，划船动作太大，引起的水纹会令细小的蔬菜荡开漂走。只有坐在木盆里缓缓地靠近，在那些已经展开的圆叶间觉得将露未露水面的嫩芽，贴着柄上叶茎采摘，眼到手到，全凭指尖轻轻一掠。蔬菜的收获期很长，从每年四月中旬至九月下旬，可每隔两三天来摘一次，七月份产量最高，唯春蔬口感最好。想像

中，每到采摘季节，满满的蔬菜荡漾于水面，姑娘们坐在木盆里，纤腰前探，十指尖尖，采着嫩蔬……这是充满诗意的画面。

杭州西湖边，蔬被当地人叫做马蹄菜，在曲院风荷、花港观鱼以及三潭印月等处浅水里都能见到。有趣的是，西湖非游览区那边池沼水面上的马蹄菜多是扦插种植。有围堰的水塘，种植前先抽干水，再将一段段细软的茎苗像插秧那样插入泥中。采下的嫩蔬，都是被浸在水桶中，尽快送往餐馆的厨房，烹出新鲜“西湖蔬菜汤”“蔬菜黄鱼羹”和“虾仁拌蔬菜”。收获多了，一时输送不及，则可晒干时贮藏。

新鲜蔬菜很难遇见，因而自己从未于此回手回过锅镬。有一年春游杭城，带回一小袋脱水的保鲜蔬菜，颜色是那种不是很养眼的海带状绿。回家后，泡发，用水焯了，将配料简化到只有肉丸和虾仁……嚙，一碗清汤之中，摇曳着墨绿嫩白轻红的一片，清香满满，倒也颇对得起口舌。

很多大排档乃至大酒店都是这样的炒法，粗细搭配、青白相间，油滑光亮，绿意满眼，齿舌间都清香酥酥。不过，我更喜欢的，是只同茶干丝清炒，将芦蒿拍成寸段，清水浸去涩味，再用盐略腌，炒食时才会既入味又保其脆嫩。锅内置油，最好是土榨菜籽油，而不要色拉油。油热锅辣，用干椒炆过，将芦蒿倒入锅中略焯去水分，再加茶干细丝，在锅内稍跳几下就成，若拌以些许红椒丝，那就是翠绿中抹出几笔朱红了。这种清炒，将芦蒿的本味充分体现出来，吃在嘴里，脆而香，微辣而开胃，所谓满嘴留香。最值得一提的是芦蒿炒臭干子，凭借油香与旺火，芦蒿的清香与臭干的臭味浑然一体，芦蒿因了臭干子的提携，吃到嘴里竟然是一种鲜而悠长的香——那真是可触摸到的“新涨春水”的清香。

尖上那种涩涩麻麻的沁凉感觉，怕是拿鱼翅来换亦不肯了。不喝啤酒，只一碟马兰头喝粥，清平淡泊，又滋润皮囊，一啄一饮间，也是人间的至味了。以我的经验，凡凉拌菜，食前放入冰箱略加冷处理，会更加入味，特别是酒宴场伤了脾胃，隔宿的早上，最宜凭此调养了。袁枚在《随园食单》中写道：“马兰头摘取嫩者，醋合笋拌食，油腻后食之，可以醒脾。”《蔬食斋随笔》中引用过一首明代五言古风：“马兰不择地，丛生遍原麓。碧叶绿紫茎，二月春雨足。呼儿采嫩蔬，盈筐更盈掬。微汤涌蟹眼，辛去甘自复。吴盐点膏膏，异器共畔熟。物俭人不争，因得聘所欲。不闻胶西守，饱餐赋杞菊。洵美草木滋，可以废粱肉。”从马兰头的形态、生态、采集、烹饪、滋味、评价乃至诗人的感慨，都描绘得很有情趣，特别是“洵美草木滋，可以废粱肉”一句，大有代马兰头立言的意味。



烟雨江南春 (资料图片)



## 一碗桃浆，照见诗意江南

王寒

春天里如果没有桃花，就会显得寂寞很多。“桃之夭夭，灼灼其华。之子于归，宜其室家。”桃花酿成桃花酒，据说可美容。桃花酒我没喝过，不过，桃浆我是吃过的。一到夏天，江南的很多冷饮店都有桃浆卖。

桃浆又名桃胶，生于桃树上。桃树被虫子咬过或受伤后，树干上的裂口，有树脂沁出，凝固成一小团。雨后，桃树出的桃浆更多，似露珠，像水滴，又比露珠更亮，比水滴更大，如玛瑙串珠，琥珀流光，晶莹剔透。桃浆还有另外一个名字叫桃凝，我的诗人女友觉得叫桃凝还不够诗意，伊把它叫成桃花泪。美是美矣，只是太过伤感。

桃浆我是采过的，就在浙江临海的江下渚。江下渚过去种有许多桃树，树干上常结着厚厚的一层桃浆，透出温润柔和的光泽，我总疑心，桃浆里饱含着阳光雨露，才会如此的饱满，如此的清亮。桃浆旧时用于石印，还能做胶水，不过，我们都把它当成饮品。我以为这是桃浆最适宜的用途——化身饮品，滋润那些桃花一般的美人。我也做过桃浆羹。我觉得，三月桃花红，四月桃挂果，五月桃青涩，六月桃满园，桃树一生的情思，都包含在一碗桃浆中了。将采摘下来的桃浆，放清水里浸泡一晚，第二天，桃浆就涨开了，像一朵朵素雅的花，在水中妖娆盛开。桃浆洗净后，加上葡萄干、枸杞，放在锅里用水煮沸，加糖，就成了一锅甜羹汤。玉白色，稠稠的，有胶质的厚重感，像凝住了的果冻，入口清甜爽滑，甜而不腻，还有淡淡的桃气，若再洒点薄荷露，更是清凉无比。有位美女就说过，喝一口，“叶的葳蕤、花的妖娆、果的浓厚，似乎都在浆的凝结核里晶莹剔透着”。

桃浆性微凉，清凉去火。《抱朴子》云：“桃胶以桑灰汁渍过服之，除百病，数月断谷，久则暗夜有光如月。”《本经逢原》也道：“桃树上胶，最通津液，能治血淋，石淋。痘疮黑陷，必胜膏用之。”台州人有一个治咳嗽的小偏方，用的就是鸽子蛋地桃浆。桃浆的确能治病。有一年，张大千到常州探访病中的谢玉岑。谢是江南词人，亦是大千好友，大千亲自下厨，为玉岑调制桃浆羹。一碗橘瓤同煮的桃浆，甜中有酸，清口开胃，病中的词人饮后，如饮甘露，清凉直达肺腑。

“秦淮八艳”之一董小宛，做得一手好菜，这个绝代风华的女子能把寻常日子过得不同寻常的雅致，她会制作桃膏，取五月的桃汁与糖细煮，煮到桃汁如大红琥珀般漂亮。她极善烹饪，对食谱研究精到，如“火肉久者无油，有松柏之味；风鱼久者如火肉，有鹿鹿之味；醉蛤如桃花，烘兔如葱饼，可以笾而食之”。在情眼眼里，美人亲手烹制的食物，味道一定是不同寻常的鲜美，就算一杯白开水，估计也能喝出丝丝甜味。

在宁波，我吃过一道桃浆鲜果羹，桃浆里加入西瓜、草莓。在扬州，吃过一道桃浆木瓜瓜，也叫美容凝露，酒红色的木瓜盅里，是琥珀般的桃浆，清凉香甜，好似雨后的春天。

桃浆是甜品，不过也可咸吃，有一道菜叫“玉汁琼浆”，端的是好名字，桃浆用生粉勾芡后，加上肉丝，撒上葱末而成。而“鸡汁桃凝”是桃浆和着毛豆，在鸡汁中炖熟，入口嫩滑细腻。

春天里去杭州的梅家坞，要上一杯明前茶，可以消磨掉半天好时光，当地的农家菜里，有一道就叫“西湖十景桃浆羹”。光听名字，就是满耳朵的欢喜，让人想到西湖边一棵桃树一棵柳树的春天。江南的风韵，渗在江南各个角落的细枝末节之中，一碗桃浆里，照见的是诗意的江南。



▲春天江南的美食，从上至下分别为香干马兰头、西湖蔬菜汤、芦蒿炒肉丝  
▲安徽农村南湖 (视觉中国)