

生活

栽秧泡的酸甜时光

“小满天天赶，芒种不容缓。”小满芒种，正是庄稼人最忙碌的时节。

水田漠漠，稻禾青青。新栽的秧苗如一片新织的绿毯铺开。田埂上，一种鲜为人知的野果——栽秧泡，这时候也渐次成熟了。

栽秧泡，有人叫它“树莓”，有人叫它“山莓”，还有人说，它就是鲁迅先生《从百草园到三味书屋》中提到的“覆盆子”。但在我的老家，它只有一个名字，那就是“栽秧泡”。你想想，栽秧时节它就成熟，还有什么名字比叫“栽秧泡”更自然、更好记？这有点像乡下人给自己的小孩取名，腊月生的男娃叫“腊狗”，春天生的女孩叫“春花”，质朴而天然。

不同于那些广为人知的浆果，栽秧泡没有鲜艳的色彩，没有硕大的体型，不易被人察觉。它小巧玲珑的果实，如同一颗颗暗红的玛瑙，隐藏在密密匝匝的绿叶之间，泛着微微的光泽。每年春耕结束，夏日的热浪还未完全铺开，栽秧泡就悄然成熟了。它的味道，既非纯粹的甜，也非纯粹的酸，而是一种混杂了田野清新与果实甘甜的复杂滋味。轻轻咬破那层薄薄的果皮，汁水便从唇齿间迸发出来，先是微微的酸涩，紧接着便是丝丝缕缕的甜意，如同夏日里的一阵微风，拂过心头，留下久久不散的余香。

乡村长大的孩子，身上总带着股泥土味。抽茅针，掐刺苔，挖甜根，掏鸡脚爪……小时候我们没有什么零食，只要能嚼出点甜味的，我们都往嘴里塞。当然，最让我们着迷的，还是这酸酸甜甜



栽秧泡。

发现栽秧泡，先别忙着去摘。要用棍子敲一敲藤蔓，来他个“打草惊蛇”。栽秧泡香甜，会招来虫子、青蛙，蛇也喜欢藏在藤蔓下“守株待兔”，若不小心被“土鳖子”（一种毒蛇）咬到了，那可不是闹着玩的！确定无蛇后，方可靠近。熟透的栽秧泡，花托上一枚鲜红的泡儿，看着让人流口水。这时候如果迫不及待地伸手就摘，保管你的手臂被划出一道道细密的血痕。栽秧泡暗红的藤条和椭圆的叶子背面，长满细密密密的钩刺，被藤蔓上的刺划到了，会又痒又疼，所以摘栽秧泡时，须格外小心，得一手扶起藤条，一手麻利地摘下。

熟透了的栽秧泡，暗红油亮。放一枚到嘴里细品，一点点的酸，夹杂着丝丝缕缕的甜。如果采摘得够多，洗干净了塞一大把到嘴里，大口大口地咀嚼，顿时清香四溢，满嘴酸酸的甜，那才叫一个“爽”！

如今，我已离开故乡多年，但每当夏日的阳光洒在身上，我总会想起那片绿意盎然的田野，想起隐藏在绿叶之中的栽秧泡。它们已成为我心灵的寄托，让我在喧嚣的城市里，找到一丝宁静与安慰。

(徐晟)

清爽消暑粥



炎炎夏日，来上一碗清清凉凉的消暑粥，在我家已成惯例。对于奶奶而言，饭可以少吃，但粥必须喝足了才行。她常念叨，啥节气就得配合啥样的吃食，一年当中最热的日子来了，不喝粥消暑怎么行？

近来，吃西瓜时，奶奶常对着啃剩的瓜皮摇头，不无惋惜地说：“现在的西瓜，皮越来越薄了，当然挺好，可也少了一锅好粥。”奶奶指的是她拿手的“西瓜翠衣粥”。所谓“翠衣”即西瓜皮，将其削去硬皮后，切成小段与大米一起煮。西瓜性凉，清热解暑，而西瓜皮比西瓜瓤的效果更佳，食用“西瓜翠衣粥”，能快速给身体降温，有效预防中暑。

为了让奶奶过把瘾，也为了能再喝上一碗“西瓜翠衣粥”，我逛了好几家水果店询问有无厚皮西瓜，均遭冷遇，店主眼神里写满了莫名其妙。买不成西瓜，我就去菜市场买了半个冬瓜、一袋莲子，因为“冬瓜莲子粥”也是奶奶会在夏季熬制的粥食。粳米淘净泡发，冬瓜削皮切丁，莲子浸泡去芯，然后按特定顺序混合煮沸，不多时便可出锅。奶奶对火候的精妙掌控，可谓炉火纯青，让冬瓜、莲子与粳米的味道完全交融无间，恰到好处。

如果说“西瓜翠衣粥”“冬瓜莲子粥”是奶奶粥谱里的偶尔为之，那么“五豆粥”则是我们家的夏日常客。黄豆、绿豆、赤小豆、黑豆、炒扁豆，每一颗豆子都要经过奶奶眼神与指尖的联合筛选，必须圆润饱满才能进入下一道工序，否则只能被无情剔除。“绿豆清热解暑，赤小豆利水消肿，黑豆除烦解毒，炒扁豆健脾止泻……”对于豆类的药用价值，奶奶懂的可不少。她先将豆子泡好，然后加水大火煮开，小火熬上一小时关火，再闷上20分钟，“五豆粥”就成了。每年暑气逼人的时候，我回家第一件事，就是捧起奶奶凉好的一碗粥，伴着她“慢点慢点”的叮嘱，“咕咚咕咚”一气喝完。口感清爽，却又似冷饮那般刺激肠胃，从内到外浑身舒畅。

前几日，楼下李阿姨的外孙不太爱吃饭，去诊所开了些药，孩子嫌苦怎么也喂不进去。天气本来就热，李阿姨急得口干舌燥，却又无可奈何。奶奶听说孩子是暑伤津气导致的食欲不振，便赶忙熬了两碗“荷叶消暑粥”端过去，让李阿姨跟孩子一起喝。粥里加了冰糖，又混合了荷叶的香味，格外清甜，孩子没有拒绝，喝得津津有味。奶奶很高兴，连熬了三天，直到孩子的胃口跟往常没啥区别。李阿姨逢人便夸奶奶是“神医”，还郑重其事地要拜师学艺。热心的奶奶绝对是“竹筒倒豆子”，不仅手把手教授煮粥的全过程，连菜市场哪个摊位的荷叶最新鲜都抖落了出来。

一碗消暑粥，消暑更暖心。我相信，每一碗精心熬煮的消暑粥，都饱含着耄耋之年的奶奶对家人、对邻里浓浓的爱意，时间越久，就越深厚。

(任春华)

藏在味蕾里的夏日记忆

味蕾是一个人一生最忠诚的记忆。

清爽的消暑粥，酥脆的小肉块，可口的浆果，鲜香的龙虾……夏日时节，这些美食如同一条条无形的纽带，将我们与情感记忆紧紧相连。不论何时，不论何地，只要熟悉的味道在味蕾上绽放，我们就会忆起那些限定的美好。

脆嫩的五香小肉

苏州一入夏，街头巷尾的卤菜店门口便纷纷支起一口口大油锅。而这油锅里所炸之物，便是姑苏特色夏令美食——五香小肉。

在上世纪二三十年代，有一位苏南作家在《吴侬趣谈》中写道：“近数年中，苏州风行一种油煎猪肉，名曰排骨。骨多肉少，每块售铜元五六枚，此前所未有也。一人玄妙观，排骨之摊，所在皆是。甚至茶坊酒肆，亦有提篮唤卖排骨，见者辄曰：‘阿要买排骨？’”

我祖父年轻时，每逢下班，途经玄妙观，总会叫车夫停下来。他撩起长袍下车，来到排骨摊上，称两斤五香排骨带回家，给孩子们打打牙祭。排骨是现余现卖，拿到家中仍是热的，油香四溢。彼时，车夫一家住在我家老宅的墙门间。车夫的独生子小海闻到炸排骨香，馋得哈喇子直淌，嚷嚷着也要吃。车夫无奈，于是便在祖父买排骨之际，他也会顺手买上一包廉价的五香小肉。

何为五香小肉？是摊主余排骨时遗落下来，舍不得扔掉的边角料，将其油炸后撒上五香粉，香气扑鼻，勾人食欲。拈一块丢进嘴里，嚼着外脆里嫩，舌底生津。这种颗粒分明的小肉块可口解馋、价格低廉，一度成为清贫人家的“宝藏吃食”。相较块状的排骨，颗粒状的小肉更入味，于是，其风头渐渐盖过五香排骨，进而成为一道深受各类人群欢迎的开胃夏令小食。

但可不是任何撒五香料的炸小肉块都能成为苏州的五香小肉，这其中颇有门道。选材方面，要挑肥瘦相间的带骨肋条肉或五花肉软肋部分，去皮去膘，切成比骰子略大的肉块，然后按比例加入葱、姜、盐、料酒、酱油、八角、桂皮等调料腌制；为了让肉更加入味，其间最好多搅拌几次，使调料充分均匀地渗透到每块小肉中。小肉腌制好后，便可烧油起锅。与寻常炸物不同，烹制五香小肉要备好两口锅：一口水油锅，一口



清油锅。水油锅里盛放的是四比六的高汤和油混合物，把小肉放入水油锅里余，轻轻翻搅，小肉不断在水、油之间交替经历。待小肉变色后，用带网孔的铁勺将之捞出沥干油，随即放入清油锅内再余一下。这一炸，肥肉中的油就走掉了，有一点点焦，却不是全焦，倒是把小肉的鲜香味全激发出来了。

炸好的小肉从锅中捞起来后，还需要经历最后一个步骤——被均匀地撒上五香粉。五香粉是各家各店各自调配的，按比例加桂皮、草果、肉果、八角、甘草、丁香等中草药。其中，草果燥湿、肉果暖脾、八角勾香、桂皮开胃，甘草则中和了各种草药的苦味，回味之际带有一丝甘甜。

实际上，在上世纪六七十年代，五香小肉在苏州街头渐渐销声匿迹了。直至上世纪八九十年代，这道小食才重现江湖。眼下，这样一种大拇指指甲盖般大小、老少咸宜的五香小肉越来越被重视，走上了苏州人吃早茶的桌面，从充满烟火气的地摊小食一跃成为精致风雅的苏式茶点。

可我心里清楚，要吃上地道的苏式五香小肉，还是得离开茶楼，寻一处路边摊，叫上两瓶冰镇啤酒或汽水，看老师傅热火朝天现煎现炸，撒五香粉、装盘、插牙签。若有微风吹过，整条弄堂便弥漫着一股诱人的炸肉香。此时，用牙签穿上一块五香小肉放在嘴里嚼下去，老底子的苏州味道顷刻间就喷涌而出了……

(申功晶)

鲜香四溢小龙虾



多年前，当我猫在鱼塘边的树荫下钓龙虾时，无论如何都料想不到，多年后，这家伙会成为夏季不可或缺的美食。

初夏的夜晚，家乡安陆的大排档随处可见，街头巷尾，几乎每桌的食客都在对着桌上那一盆盆小龙虾“张牙舞爪”，吃相虽有点“难看”，但是那么无所顾忌、旁若无人，成了一道特别的风景。

据有关资料记载，小龙虾学名“克氏原螯虾”，原产自美洲，二战期间传入我国，广泛分布于长江中下游地区的淡水湖泊中。小龙虾是杂食动物，且繁殖能力强。每年6月至8月是小龙虾繁殖生长的活跃期，因而在夏天，生活在农村的小孩子常常将钓龙虾作为一种乐趣。

小龙虾味道鲜美，营养丰富。它富含蛋白质、维生素等，脂肪含量低。虾壳提取出的甲壳素是美容、美发等的重要原料之一。因此，人们普遍认为食用小龙虾好处多多。夏夜里邀上三五好友，吃一盆小龙虾，饮几瓶冰镇啤酒，极为惬意。

巧手的主妇往往喜欢自己动手。不过，光清洗处理小龙虾这一环节就极需耐心与技艺，要将小龙虾一边对着水冲，一边用牙刷刷干净，然后抽肠衣，剪虾鳃，稍有不慎就会被小龙虾夹伤。待

到烧制环节，锅中要多放油烧热，下虾翻炒，炒到能听见虾壳爆裂的声音、香味开始散发，颜色变得红亮有光泽时，加入少量水，煮至汤汁剩不多后，放少许盐和鸡精、辣椒，翻炒均匀就可以出锅上桌了。那一盆红彤彤的诱惑，任谁也拒绝不了。

对于口味略重的人来说，油焖龙虾是最爱。要吃到美味的油焖龙虾，取材得纯正，即小龙虾需具有体大、色艳、壳薄、肉嫩、鲜活、无污染的品质。现吃现做，已经清洗干净的小龙虾，去除头部，剪去八只脚，只留大螯；龙虾背部剪开，保证各种佐料香味完全沁入虾肉；挑去虾线，去除腥味；最后用多种秘制中药材在锅中焖上10多分钟，起锅。

经过如此精心烹制而成的油焖龙虾端上桌来，一只只龙虾色泽鲜艳耐看，味道香辣鲜美，肉香夹杂着中药的香味，可谓色香味俱全，让人不禁食欲大振、垂涎欲滴。拿起一只放入口中，奇异香味渗入脾肺，经久不散，令人胃口大开。尽管大家被辣得嘴巴通红、眼泪汪汪、满头大汗，却依然是那么乐此不疲、大快朵颐。

事实上，这种吃法是最迷人的。它彻底摒弃了所谓的优雅，换句话说就是放松，不用端着，随着性子来，爱怎么吃就怎么吃，戴不戴薄膜手套都不要紧，吃得满头大汗也没关系，辣得满头大汗也无须管它，重要的是吃得爽快，吃得透彻，吃得畅快淋漓。那种独特的鲜味，从舌尖一直传到脑海的深处，让人久久难忘。

(甘武进)