



食而得其美 赏味春日舌尖

春生、夏长、秋收、冬藏,自然自有其生长的规律,所谓春生,当然恰是万物生发的季节,那些开得水灵灵、娇嫩嫩的花朵,那些迫不及待从地里探出头来的绿油油、鲜嫩嫩的青菜,亦是这个季节赋予我们的天地之精气,食而得其美,是春天里的妙事。

■新快报记者 陈斌/文(资料图片)

春笋

要想不俗与不瘦 天天竹笋焖猪肉



加豆之实,笋菹鱼醢;其籟伊何,惟笋及蒲……

笋这种东西,一年四季都有,但唯独冬春两季的笋为最佳,冬笋不出头,埋在地下;春笋却冒尖儿,也恰如其分地成为春来万物生的代言。

吃笋的习俗在我们中国人的餐桌上由来已久,怕是有着两三千年的历史了,作为菜中珍品,笋也的确不负众望,各种笋类都能给予人们不同的味蕾感受。

好比佛山南海桂城林岳地区的吊丝丹笋,是多少老饕们每年趋之若鹜的美味呀!当然,这种笋应当归于夏笋,每年5月份之后至7、8月间得见,也是奇了,这种笋水分足,味清甜,尤其是冰镇了吃,简直如同吃水果一般,一点渣滓都没有,一点涩口的感觉都没有,怎么做都好吃。

因为竹子的品类不一样,所以笋子的形象也不同,通常我们概念中一想到春笋,大多头脑中闪现出的是剥出来白白胖胖那种,但也同样有细细长长的“黄金笋”,剥这种笋的手势很有趣,从笋尖头上撕开一点外皮,绕在手指头上一直绕一直绕,整个外衣就被剥下来了,手上拿着的便也成了白白净净的芯儿,切成小段后用来素炒或与肉炒都好吃,脆脆微甜的口感。也可以稍事腌制,做成酸笋,用来与青辣椒同炒,异常开胃。

笋的吃法很多,江浙一带春天当造时令菜腌笃鲜,便是春笋唱主角的汤菜。腌,指的是咸肉或火腿;笃,方言的意思可以理解为炖煮;鲜,自然是强调春笋这一鲜味,小火慢炖,看肉与笋在一锅汤当中缠绵交融,端的是春天里缱绻的现实写真。

家庭家常处理手法通常以炒或油焖为主,相对比较简便,用唐宋八大家之一的大吃货苏轼的说法:人瘦尚可肥,士俗不可医,要想不俗与不瘦,天天竹笋焖猪肉,走起!

香椿

椿木实而叶香可啖 每年此时与你相见

每每见到市面上开始露出这种叶厚芽嫩、绿色红边,带着特别气息的一把叶子时,便知道春天妥妥地来了……



说是旧时称香椿为椿,臭椿为樗(“出”音),比喻无用之才,也用于自谦之意。然即便是香椿,因其独特的气味,其实也一样是爱的人爱,不喜的人一眼都不愿意看,世间万物,果真都自有它对应的磁场,勉强不得,还有像香菜、茼蒿等等气味比较鲜明的叶菜,也同样是泾渭分明地被爱与恨切割成楚河汉界。

香椿吃前要用开水焯一下,以去一去所含的亚硝酸盐,然后配以豆腐的话,那下场就是凉拌,春天的滋味便在香椿拌豆腐的倩影中齿颊留香余味绕梁;倘若遭遇了鸡蛋,那就一炒惊天下,如大朵盛开的莲花,在油锅中绽放,椿蛋之恋的鲜嫩,就当是一场梦,醒了很久还是很感动……

吃香椿要赶早,过了谷雨就没这趟儿了,并且作为一种并未被实施广泛人工种植的蔬菜,数量十分有限,喜欢吃这一口的,没有香椿的春天,似乎缺了点什么。

荠菜

农历三月三 荠菜当灵丹



清明前后,是荠菜的最佳时节,作为一种野生植物,荠菜被我们耳熟能详,全赖用它做馅儿包的饺子、包子、大馄饨等等,也是吃其浓郁气息的一种春菜,有语曰“三月三,荠菜当灵丹”,也点明了吃荠菜的最佳时间线。

常见吃法都是用于与肉馅搭配成为馅料,而少见整棵菜直接下锅烹之的,同样是开水焯过剁碎成馅包之,不过现在感觉一年到头都能在街上那些卖上海馄饨的铺子里见到荠菜馄饨的踪影,倒让我我不禁诧异这季节性是如何被克服和忽略的。

禾雀花

万鸟栖枝欲振翅 花朵入馔巧烹鲜



因花朵成串形似小鸟而得名,神形兼备,每年清明前后是盛花期,开得旺盛的禾雀花层层叠叠,如连串小胖鸟在枝头欲振翅高飞,花团锦簇,实在令见者欣喜。

广东很多地方可以观赏到禾雀花,本也是春日出游的主题活动之一,粉色、米黄色、白色、紫色等花色较为常见,禾雀花除了观赏,也可入馔,通常用浅色新鲜的花朵,可以椒盐炸酥脆来吃,也可以晒干了煲汤。

用禾雀花泡水喝清热润肺,它的藤据说更有药用价值,主要作用是舒筋活血,坊间有用于女性经期痛的偏方。

韭菜

一畦春韭绿 十里稻花香

春食韭则香,这意思明明白白,要吃韭菜,就要吃春韭,号称“养肝菜”之首。

韭菜这种植物,是割一茬儿长一茬儿,也难怪身边炒股投机的人自嘲是韭菜朝朝



■CFP/供图

被人割,韭菜有春香、夏辣、秋苦、冬甜之说,春韭的鲜嫩自不必多说,经历了一整个大约在冬季的洗礼,储藏了大量养分在根与茎上。

家常韭菜吃法大多炒就可以了,韭菜炒鸡蛋,也属于标配CP,据说在河北曲阳,还有一味韭菜鸡蛋炒烧饼的特色菜,是用当地薄酥酥脆的缸炉烧饼来烹制的,吃起来想必别有一番风味了。

清明前后河鲜上市,韭菜与河虾同样是绝配之一,大火快速兜爆翻炒,及时起锅装盘,大快朵颐便是。

制成馅料包饺子、包包子、烙馅饼也是春韭的好去处,喜欢素淡口味的继续韭菜鸡蛋配,喜欢荤腥的配点新鲜土猪肉,趁春光正好,趁春韭正鲜,这一茬新绿的美,信手拈来。

蒲公英

草药皇后 人皆啖之



蒲公英,叶似苦苣,花黄,断有白汁,人皆啖之——这是《唐本草》上对蒲公英的描述,一想到蒲公英,脑海中总是不自觉地冒出“我有一颗蒲公英的种子”这样一句,就好像顾城那句“我们站着,不说话,就很美好”,不知道为什么就根植于脑海,一遇到合适的时机,它们就自动自觉地显现出来……

知道蒲公英又叫婆婆丁,是某一年春日在贵州驻点,早春的嫩蒲公英,或炒或汤或炆拌,略带一丝苦气,但凡是带苦的菜,都有清热毒之用,我倒还蛮喜欢略吃些苦的。洗好的蒲公英同样要焯一下,沥干过一下凉水,然后油盐酱醋蒜泥拌上,凉拌蒲公英便大功告成,简单省事。