

难忘美味

浓情鲫鱼汤



■李晋

“寒鲫夏鸟”，我不止一次听老辈人说过这话，老人们饮食清淡，荤食以鱼为主，鲫鱼性暖，乌鱼性凉，是不同时令的食补佳物。

鲫鱼和乌鱼是鱼市上的常客，但就料理难易指数而言，乌

鱼身有黏液，腥味重，处理起来略显复杂，非巧妇妙厨不能为之。很多地方把乌鱼多用来做酸菜鱼、水煮鱼，入锅前以盐、料酒、生粉等抓匀腌制片刻，鱼肉剖片后飞水汆烫，用花椒、辣椒、泡仔姜、蒜子等重料佐配。这样烧出来的鱼，口感滑嫩，有触及凝脂美玉的感觉。

■异域风味

美食仙岛——斐济

■吴昆

斐济被称为南太平洋上的度假天堂，是一个非常有特色的群岛国家，风景秀丽，文化独特，因此吸引了众多的游人去观光旅行。事实上，斐济的美食也是相当有名，可谓是一座美食的仙岛。

抵达斐济后，当地朋友给我接风，招待我吃最纯正地道的斐济美食。旅途劳顿，我早已饥肠辘辘，听到朋友要招待我吃大餐，便有些迫不及待了。我们去了当地一家著名的旅游餐厅，朋友说这家餐厅的菜地道，在当地也是很有名的。

首先端上来的菜就让我大吃一惊，居然是半个椰子！我寻思朋友这也太坑了，居然就请我吃个椰子。随即，里面的清香吸引了我，凑近一看，椰子里面装满了各式水果和蔬菜，非常的鲜艳好看。我尝了几口，果然是香甜无比，特别是里面新鲜的鱼肉和椰奶，将这道菜的风味衬托得很独特。朋友说这道菜名叫“COCODA”，是当地最具特色的前菜，特别受游客的喜爱。

有了美味前菜的刺激，我对接

下来的主菜更加期待了。朋友说，主菜是海鲜大餐，这海鲜大餐稍微有些特殊，是论份卖的，当地人崇尚节俭，虽然盛产海鲜依旧如此。果然如朋友所说，海鲜大餐是托盘式的，里面有螃蟹、大虾、生蚝等生猛海鲜，种类十分丰富，搭配得很合理，样式也美观。最主要的是新鲜，尝上一口便欲罢不能，分量刚刚好是一人份，一点都不浪费，这也算是当地特色之一了。

搭配主菜的饮品是当地特色的一种名为“卡瓦”的酒，这是斐济的国饮，也是当地出售的一种特色礼品，深受欢迎。这种酒的特别之处在于不含酒精，但味道却很有冲击力，有饮酒的感觉，非常奇妙。

饭后的甜品是当地特产的山杏，经过腌制的山杏甘甜可口，没有一丝生涩的口感，咬上一口，甜香便沁人心脾。这用来去除吃海鲜后残留的口气也是非常管用，非常的人性化，真称得上是一道独特的甜点。

此次斐济之行令人难以忘怀：秀丽的风景、珍奇的生物、独特的风情。但更令我难忘的是当地的美食，果然是一座美食的仙岛，令人流连忘返。

■亲情美食

如何留住乡愁留住春



妈妈自制的消闲果儿——笋干花生。

■王珍 文/摄

春天是好，但再惜春，还是会落花流水春去也。

春笋虽好吃，无奈春太短，瞬间笋期就会过去，眼见谷雨就要到来，春笋就要和我们道一声“明年会”了。我们要如何才能留住春的味道？

嗜笋老饕们一边吃着碗里的、盯着锅里的、想着远方那片

竹林里的，忧心着：明天没有笋的日子我们怎么过？

老妈是笋的铁杆粉，最爱自己家乡奉化的毛笋。说，黄泥拱、乌桩头，没出土的那种嫩笋最好吃。她天天赶来去买毛笋，从家门口的菜店到闲林埠，现在又心心念念地说要去百丈、去富阳，就是因为听说那里笋多、笋质好。

前些日子，我们去好友亚萍

的蓝杜鹃庄园挖笋，老妈是千叮咛万嘱咐的，交待我们要记得挖毛笋啊。

某人算孝顺的，拼尽了最后的一点点力气，把亚萍家竹林里能找得到的毛笋统统挖回来了。

问题来了，笋又不是大白菜或土豆，放一天它就变心！没错，就是变心！因为它表面上波澜不惊不像某些绿叶蔬菜放久些会蔫儿给你看。笋要变就直接变内心，笋壳倒是不大看得出变的。因为笋长大成竹的速度超快，你可以把它及时从泥里挖出来，但却无法阻止它想要长大的心。而没有了泥土给的营养，生根发芽就全靠笋自身提供给养了。心力交瘁的它于是把自己从笋变成竹子，就老了。

所以大家挖空心思要给笋保鲜保嫩啊，希望它永远有刚刚出土时的鲜嫩味道。有人把当天吃不完的笋蒸熟或用冷水煮到半熟，晾凉后浸入冷水中。然后随吃随取。此法只能保存两三天。还有人用冷藏保鲜法：笋不要沾水，并保留笋壳表面的泥，把带壳带泥的整株笋放进保鲜袋，根部朝里，挤出袋子的空

气后将袋口扎紧，放进冰箱冷藏室(不是冷冻哦)，能保存两周左右。

而老妈用的是冷冻保存法：烧开一锅盐水，把笋切大块煮熟后捞出沥干，然后分装在保鲜袋里，放入零下18摄氏度的速冻箱里。用老妈的话说，这样全年都有的吃了；而某人毒舌称该冻笋为海绵。这让老妈很灰心。不过，这种冻笋存放时间虽然长，但吃起来确实像冻豆腐一样，孔隙多、弹性好，而没有了春笋原有的紧实爽脆感。

在请教了多位生活能手后，知道老妈缺少了一道工序——笋在煮熟放入冰箱前，除了沥干，还得再用厨房纸吸干剩余水分。就像老妈后来很惊喜地告诉我，她的小朋友丽英教她，先把煮好的笋在洗衣机里甩干再放入冰箱。我知道丽英是位很能干的女子，估计这是她的经验谈。但我还是觉得，这个洗衣机的功能开发得有点过度跨行业了，算了，不试。

不过，有一种做法可以有一——能干的奉化人用新鲜挖的嫩春笋自制的油焖笋罐头，透明的玻璃瓶真空包装的，能在常温下保存一两年不变质，什么时候

白色的汤汁泛着细微的小泡。这时，祖母会撒些去腥带暖的胡椒粉，胡椒瞬即在汤汁表面凝结成一层淡黄色的小块薄膜，香味随着迷蒙的水汽扑向鼻腔。不知不觉中按下味觉工作模式的按钮，呷一口，全身尽是盈盈暖意。

想来很是惭愧，面对这么一碗美味的鲫鱼汤，我也冲祖母发过脾气。有一次我喝鲫鱼汤时，刚捧起碗喝了几口后，看到碗里有煎蛋碎末和肥膘肉片，便大发雷霆，质问祖母为什么鱼汤里面有杂质。祖母喃喃地对我说，只是想尝试如何让汤变得浓白些。我随即把汤碗一推，生气地说，不喝了。撇着嘴，闷着头，赌气似的吃完一碗白米饭。

在祖母去世的多年后，我在一位厨师好友家吃饭，酒过三巡，他上了一道鲫鱼汤，汤汁浓白，味道鲜美。我问他为何炖的鱼汤这么好喝，他说，是以煎蛋、肥肉和鲫鱼一道吊的汤。猛然间，我突然想到了祖母的那碗鲫鱼汤，喝着喝着，我暗自流下了眼泪，那一碗蕴含亲情作料的鲫鱼汤，我这辈子再也不会喝到了。

我会永远记得这只属于祖母的味道，记得她温厚慈祥的脸庞，把一切美好回忆镌刻到人生坐标里。

■孙建新、张国新

“同志，我今天早上在村里的豆腐摊买了两块盒装豆腐，回家烧了觉得味道不对，你们能不能帮我看看，是不是坏了还在卖呀！”近日，湖州市长兴县市场监管局太湖市场监管所接到一位消费者的投诉。

执法人员接到投诉后，第一时间来到该豆腐摊检查了同批次的其他盒装豆腐，并现场查阅了进货台账。经过反复查看确认后发现，该批次的盒装豆腐生产日期是3天前，保质期为3天，该店家在被投诉前的一天晚上收摊后发现豆腐已经到期，但是不想处理，就在第二天早上以买一送一的形式，将刚过期的豆腐进行出售。

随后，执法人员又将辖区内所有的豆腐店都检查了一遍，发现有个别豆腐店也存在同样的现象，即将前一天过期的豆腐在第二天用低折扣的方式出售，以减少亏损。检查过程中还发现，被投诉的这家豆腐店，由于盒装豆腐量少，也没有办理食品经营许可证。执法人员当场下发了责

令整改通知书，要求这些不符合规范的豆腐摊立即停业整顿，清理超过保质期的盒装豆腐，并马上办理食品经营许可证。

《中华人民共和国食品安全法》第四章第一节第三十四条规定：“禁止生产经营下列食品、食品添加剂、食品相关产品：标注虚假生产日期、保质期或者超过保质期的食品、食品添加剂。”第三十五条规定：“国家对食品生产经营实行许可制度。从事食品生产、食品销售、餐饮服务，应当依法取得许可。”第五十四条规定：“食品经营者应当按照保证食品安全的要求贮存食品，定期检查库存食品，及时清理变质或者超过保质期的食品。”

对此，市场监管部门提醒：一些保质期特别短的食品，比如豆腐、蛋糕、啤酒等，特别是冬天销量较小的食品要注意及时清理，过期食品千万不要再出售。对消费者来说，购买食品特别是保质期较短的食品时，一定要注意查看是否在保质期内；万一买到过期食品，要注意保存好印有生产日期和保质期的外包装，以便有效维权。

■异域风味

“马大嫂”追捧“野菜”

■钟伟、陈丹梅

进入最美人间四月天，正是香椿、马兰头上市的季节。在绍兴柯桥各大农贸市场，香椿和马兰头成了吃货们尝鲜的时令蔬菜。

近日一早，在柯桥民农贸市场摊位，不少市民正挑选购买香椿。“香椿炒蛋很香的，我女儿最喜欢吃。”李阿姨是香椿的粉丝，这段时间来几乎隔三岔五买点香椿回家，从当初七八十元一斤到现在二三十元一斤。在市场里逛了一圈发现，虽然摊位前供应数量并不多，不过购买的市民却不少。“一般就买三四两，一小把也就七八元。”一位摊主说，好的时候一天也能卖出十余斤。

据了解，香椿具有清热、利尿解毒之功效，是辅助治疗肠炎、痢疾、泌尿系

统感染的良药。用鲜椿芽、蒜瓣、盐捣烂外敷，对治疮痛肿毒有较好疗效。用香椿叶泡水喝，还可以醒脑利湿，是春季消除春困的好帮手。在民间，有偏方就是用香椿水煎服来治疗高烧头晕等病。

吃香椿前最重要的一步是要把香椿去老叶洗净，同时炒锅中烧足够多的油，加入少许盐烧开。把洗净的香椿苗放在煮开的水中进行汆烫，香椿变色基本上就可以了。因为香椿本身含有硝酸盐，在运输的过程中容易产生亚硝酸盐，所以吃前一定要汆烫后再食用。把汆烫好的香椿捞出过凉水后，把水分挤干，切成较短的香椿末。将鸡蛋和香椿拌在一起，同时放半勺生抽、半勺料酒、少许盐，还可以放一两滴香油；随后锅中放油，油温比较高时放

入鸡蛋和香椿，将鸡蛋边缘炸至起泡状，再翻炒几下，鸡蛋全部熟透时就可以出锅了。

除了香椿受吃货追捧外，清新的马兰头也很走俏，在裕民农贸市场，马兰头每斤9到10元，鲜嫩无比。

马兰头不仅味美，而且还具有极高的食疗效果，清热解毒、明目、凉血止血，所以深受广大吃货的喜爱。一般有经验的吃货们买回来的马兰头清理一下，把混杂在里面黄叶、杂草、老根去掉，然后用清水洗净；接着锅里放热水，煮开后放入马兰头，10秒左右即可拿出，用冷水冲洗降温，这一步不用放锅盖；随后把马兰头拧干水分后弄成一个小球，切碎后锅里放油，加入切碎的马兰头小火翻炒几下，放入盐，淋上香油即可出锅。

■董柏云

回味当年猪油香



干，放在碗里，待稍冷却，在油渣上放一点儿盐，此时，抓起一颗往嘴里送，那种极致的酥香，使脑细胞也受到震荡，即便过了一会，还是口有余香。刚熬出来的猪油过不了多久就凝固了，变得雪白晶莹而又显光润。

上世纪70年代初，我在农村插队当知青时，也常有用猪油拌饭的经历。那时，农村粮食紧缺，每年到了青黄不接之时，吃饭就成了个大问题，为了充饥填饱肚子，就常吃菜和米合在一起烧的饭，我管它叫“菜沃饭”。

那个时候，母亲总会在城里准备些熬制好的猪油，待我回农村时捎上。在农村每到收工回来时，我就在宿舍里自己做菜，用它来熬猪油。

每当熬猪油时，家里总是早早地生起炉子，并准备好一只铁锅。猪油的熬制并不复杂。先是用刀把“板油”切成小块，然后投入热锅中熬制。过不了多久，白白的板油在锅里发出“吱吱”的响声。随着猪油在锅里熬出的油水越积越多，母亲就用钢铲不停地把油倒入搪瓷缸里。这时，板油收缩成一小块一小块金黄色的油渣。最后把油渣沥

干，用猪油拌菜饭，以至于到现在，我对当年的农村生活仍记忆犹新，时常回味起当年猪油香的味道来。