

荷塘三宝

刘峰

以梦为马，我多想星光下飞驰，顺着那条小路，向故园呼啸而去，我将停驻在老家门面，以纯净的眼神，追寻那远逝的童年、荷塘的光阴……

打小生长在湖乡，一出门，就是水塘，一亩亩，仿佛一面面镜子，映见天光云影，又似一幅幅水墨，泼写稚绿娇红……

池塘，最美的时节，当属盛夏，好比一个女子最好的芳华，在走向成熟时，自自然然流露出青春的气息，刹那间给人惊艳。

初春时节，池塘是枯寂的，一派安宁。风儿，从池面拂过，像是在唤醒；日头，在池上悠悠，像是在温存。可在一个清晨醒来，推开小窗，我几乎尖叫了起来，叫声，惊起了全家人，引来了

左邻右舍，一群人朝着我手指的方向一瞧：半塘碧碧半塘青，美得像一幅太极图，一如楚河汉界。

藕与菱，菱与藕，像孪生兄弟，如亲姊妹，同处一隅，共居一池，随着季节的走深，仿佛竞赛似的，尖尖的芽儿，细细的叶子，纤纤的茎儿，刺破绿琉璃、翠玻璃似的水皮，向蓝汪汪的天空伸着、抓着、挠着。

——那感觉哟，像襁褓里的婴儿的小手摸索着你，像奶猫的小脑袋轻轻摩挲着你，像小鱼儿用粉嘟嘟的嘴唇亲吻着你……

在与日俱长里，我开始明白：在湖乡，有一种水植物的生长，叫密不透风！

水菱，如叠罗汉似的，堆起

来生长，宛如一大片绿云。四瓣小白花，繁繁密密，沸沸扬扬，简直如满天星；而莲藕，仿佛一尊尊土地神，在泥里纵横横、肆意穿行，朝上伸出一枝枝硕荷，开放的莲花如灯盏、似烛焰，结出的莲蓬像马蹄。

很快，池塘因年少的我们，而鲜活生动了起来！

恰值三伏，赤日巡游在天。仿佛从《抱鱼娃娃》年画里走出的一群小子，一个个赤裸着身子，穿着红肚兜，如一群快乐的小鸭，叽叽喳喳来到池边，扑通扑通跳入荷塘。荷叶下，是另一个世界，是另一方天地。摘莲蓬、采荷花、捉水鸡、觅鸟窝、打水仗、捕鱼儿、抓龟鳖、网泥鳅、挖嫩藕……我们浸泡在荷塘，一

玩一整天，有得吃有得玩，乐不思家。

荷叶青青绿绿，影子清清凉凉，两眼亮亮晶晶，连吸入的空气也是青绿的、清凉的！

一转眼，残照如金子般弹跳在池面，如电影画面般美丽。我们依依不舍上岸，捎回了用荷叶包裹的莲子、莲藕、菱角，得到了大人們的赞许。家家炊烟，户户小炒。不一会儿，于满天星光下端出了一道湖乡名菜：荷塘三宝。

将油锅烧热，“嗤——”地一声，放入莲子、莲藕、菱角爆炒，中途加入青红辣椒，依次调入精盐、姜丝、香油、味精，待七分熟时分，勾芡出锅，一道带着池塘水香的佳肴就做成了。

月光下，竹榻上，莲子白中泛青，莲藕雪里透红，菱角红中带紫。夹一筷子在嘴，慢慢而嚼，莲子越品越香，莲藕越品越脆，菱角越品越糯，三者相得益彰，有香有色，咸甜适宜，令人百吃不厌，食后终生难忘。

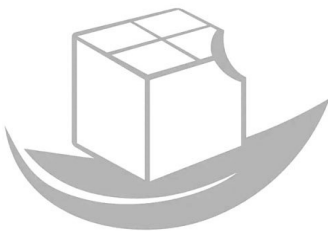
当一手持碗，饮着自酿的糯米酒，一手执箸，品咂着堆叠如小山的“荷塘三宝”，你会心生感恩，感谢这个夏天，感谢门前的这一口池塘，感谢上苍将我降生在湖乡……

在这个暮色里，我凝望着落日金色的影子，迎着从苍穹深处钻出的星星，我又想起了遥远的家乡，想起了儿时的伙伴，不知，人到中年的我们，能否再回到那一片荷塘？

豆腐香

任崇喜

豆腐，古称“福黎”，外国人说它是“中国巧克力”。李时珍有“豆腐之法，始于汉淮南王刘安”之说，但一直有人质疑。苏东坡认为“古来百巧出穷人，搜罗假合乱天真”，倒是有一定道理的。豆腐在宋朝时传入朝鲜，19世纪初才传入欧洲、非洲和北美。豆腐高蛋白，低脂肪，生熟皆可，老幼皆宜。难怪有人称，豆腐的诞生彻底改变大豆的命运。



故乡人好以豆腐做菜，有东坡豆腐、锅贴豆腐、麻辣豆腐、托炒豆腐、锅烧豆腐等类。“朝朝只与磨为亲，推转无边大法轮。碾出一团真白玉，将归回向未来人。”在《山家清供》中，有两种豆腐菜肴的做法。一是东坡豆腐：“豆腐，葱油煎，用研榧子一二十枚和酱料同煮。又方，纯以酒煮。俱有益也。”二是雪霞羹：“采芙蓉花，去心、蒂，汤焯之，同豆腐煮。红白交错，恍如雪霁之霞，名雪霞羹。加胡椒、姜，亦可也。”这两道菜的确价廉味美。但不要小看软软的豆腐，即便是在20世纪六七十年代，也是一道仅次于肉食的“奢侈品”“高档菜”。当时，吃面要粮票，买布需要布票，吃豆腐则需要豆腐票，也很不容易吃到。

“世间三件苦，撑船、打铁、磨豆腐。”豆腐一般用黑豆、黄豆和花生豆等含蛋白质较高的豆类制作。制法是：用水浸泡发胀，用石磨磨碎，滤去豆渣，将豆浆烧沸，用盐卤汁或山叶、或者酸浆、醋淀放入锅中制成。豆腐制作工艺较为复杂，从泡豆到出豆腐，需要10多个小时。因此，民间有“赶得上杀猪，赶不上打豆腐”的俗语，意思是打豆腐要趁早。做好的豆腐，切成小块儿，放入加盐的清水里保存。因为豆腐的“腐”和“富”谐音，过年磨豆腐，寓意年过得富裕、来年的生活也富裕。

有趣的是，一些地方，至今有在除夕前吃豆腐渣的风俗，有些小吃店还有烙馍卷豆腐渣。吃豆腐渣，是因为没有那么多美

食可供挑选，也是先民勤俭节约美德的写照。因为粮食匮乏，好多人家不得不买点儿豆腐渣佐餐。豆腐渣当年价格便宜，五分钱就可以买一碗。花上一角钱，会够一家人吃一顿的。“肉生火，油生痰，青菜豆腐保平安。”豆腐渣价格便宜，既能当菜，又能当饭，填饱肚子的效果很不错。在《清异录》中，有“时戡为青阳丞，洁己勤民，肉味不给，日市豆腐数个，邑人呼豆腐为‘小宰羊’”的记载。现在，一些人认为，“豆腐渣是个宝，能降血糖、血脂、血压、美容，还防癌抗癌”，豆腐渣真是摇身一变，从“灰姑娘”成了“白雪公主”。但更多的原因，或许是人们不只为保健，更为重温旧时的滋味吧。

关于做豆腐，还有另外一个

传说。清代百姓对和珅十分痛恨，对其腐败更是深恶痛绝。怎么办？用另一种方式抗争。于是，老百姓就在春节做豆腐、吃豆腐，因为“豆腐”与“斗腐”谐音。这一点，不排除文人的附会。

清代康熙年间曾做过江苏巡抚、礼部尚书的汤斌一生清正廉明，顺治年间，汤斌在陕西潼关道和江西岭北道任职时，几乎不沾荤腥，每日三餐都以豆腐汤为菜，生活非常简朴，故有“豆腐汤”的绰号。一次，他的儿子从河南老家来，想要吃只鸡，不但没被允许，而且挨了一顿训斥，被责令跪在院中诵读《朱子家训》。假如为官者都如他“克己无欲”，自然官场生态风清气正。

吃苦

方华

孤山听雨

正行

孤山不孤，有花草虫鸟作伴
雨是这里的常客
隔三差五就在树林里唱歌

我也常来孤山听雨
听一次，心就哭泣一次
泪水蓄积在莲池里
养一条五彩斑斓的鱼

将目光搁置窗台
木鱼在人声鼎沸中沉寂
雨声寒凉，又日渐温暖

孤山听雨，洗涤满心尘埃
冷暖轮回的雨声中
被超度的梦
早已长出殷红的年轮

夏天，喜欢吃点“苦”。去菜市场买菜，总隔三差五带回一两种苦味。或是一把绿茵茵的水芹、或是两三根碧玉似的苦瓜、或是四五条青嫩嫩的丝瓜。芹菜爆炒，苦瓜凉拌，丝瓜打汤。看一家人食欲大开，大快朵颐，我这位“家庭主男”不亦乐乎。

天热人燥，食欲普遍降低，苦瓜、莴笋、丝瓜、莲子、芹菜、苔菜等苦味，就成了人们餐桌上的“卖座”食品。夏天多吃一些“苦”，能够起到增强食欲、促进消化和清凉败火的作用。

许多人不喜欢吃“苦”。比如苦瓜，开始我是一点不沾的，但父亲爱吃，就偶尔买上两根，随父亲自拌自食。看父亲吃得

津津有味，忍不住就尝尝，苦得皱眉。父亲说，浅尝反觉苦，多吃才得味。果不其然，满口咀嚼，有一种苦尽甘来的感觉，而再食其他菜肴，更觉滋味香浓。从此，爱上了那冰雕玉琢般的苦瓜。

民间有谚：“人讲苦瓜苦，我说苦瓜甜，甘苦任君择，不苦哪有甜。”你看，吃苦瓜还能吃出生活的哲理呢。

苦瓜还被誉为“君子菜”。就是与任何菜，比如鱼、肉等同煮同炒，绝不会把苦味传给对方，所以有人说苦瓜有“君子之德，君子之功”，有一种“不传己苦与他物”的“高风亮节”。你看，它是不是又像你我身边那些勤劳善良无私奉献

的人们？

小时候，芹菜家里是不种的，沟畔塘边，野生的芹簇簇丛丛，也很少有人去采食。在田间劳作的母亲有时回家时顺带一把，在柴草烧的大锅里翻炒，那种带点苦味的清香满屋飘荡，现在回味，仍是口齿生津，嘴角留香。现在在菜市场买的芹菜，基本上是蔬菜大棚里培育，苦味淡了，香味也淡了。但与肉丝、干丝爆炒，也让一家人品出特殊的风味来。

味苦之物，一般都有明目清心，养血滋肝，润脾补肾等功效。味苦者性凉，其清热消暑之功效最显，因此，夏天主动吃点“苦”，何乐不为。

苦味还能吃出诗意来。比

如用味苦的绿豆、莲子、百合熬一锅汤，用蓝花碗盛着，看绿豆绽花沉底、莲子起起落落，且把百合幻成飘浮的舟子，想着南华帝子“江南可采莲，莲叶何田田”的诗句，悠哉悠哉。若是搁几粒冰糖，放到冰箱里冷冻一下，那清凉的诗意便直落胸襟，好不惬意。

酸甜苦辣咸五味中，人最怕的是吃苦。但中医理论曰“十苦九补”，“苦”最具有食补和药物功效，所谓良药苦口利于病也。而炎炎夏日，苦味食品也最具驱热降燥之能也。

明黄庭坚有诗云：“夏日小苦反成味”。你不如放开眉头，吃点苦，别有一番清凉在心头。