

春吃金陵一口草

◎ 醒 眠

中国人的餐桌上有一个永恒的命题:不时不食。这既是人们对时令文化的继承,也是独特的饮食哲学。

淮扬菜一代宗师胡长龄曾在其所撰书中提到过一句南京民谚:“南京人,不识宝,一口白米一口草”。其中的“草”其实是指三种春季时鲜野菜:马兰头、母杞头和菊花脑。雨水已过清明将至,绵绵几场春雨过后,这些野菜便从地里冒出了头,在春阳下散发着阵阵绿意,等着人们把它们带回家,尝得一口春鲜。



头头脑脑发满城

南京人春天的餐桌,被各种各样的时蔬野菜占据。在菜场不时能听到街坊邻居用老南京话交流,鸡头花脑的不知道是啥,不料,菜端上桌,才发现是清一色翠绿的蔬菜。

类似的“头头脑脑”有很多,香椿头、马兰头、豌豆头、菊花脑、芦蒿、苋菜、春笋、白芹,数也数不清。这些“头”和“脑”,指的是蔬菜茎叶上的嫩尖。人们爱吃春蔬野菜,并不是果腹之需,而是独好那一口春天的气息、山野的滋味。



南京人不仅爱吃野菜,还将各种野菜列出不同的名目,如野蔬鲜、春八鲜、七头一脑、金陵十三菜,等等。也许得益于整个城市依山傍水而建:城东有紫金山,其余脉富贵山、鸡笼山、北极阁、鼓楼岗绵延入城;城西有清凉山;东边有五台山、小仓山;城南有雨花台;城北有幕府山。提到水,玄武湖、莫愁湖、月牙湖分布城中,十里秦淮直流蔓生,池塘井泉不计其数。此外城墙内空旷地多,野菜随处可见,随处可得。《金陵物产风土志》里特别提到:“至于荠菜、苜蓿、马兰、雷菌、菱蒿诸物,类皆不种而生……不绝于途。”

如今,真正生长在野外的野菜越来越少,南京人还是顽固地守着规则。即使是田园种植的时蔬野菜,也应当顺应时间去吃。

春八仙的生活美学

江南土膏肥,佳蔬乘时发。南京“春八鲜”,又叫“春八仙”,指芦蒿、茼蒿、豌豆叶、蒜苗、春笋、蘑菇、莴苣、蚕豆这八样蔬菜,它们被形容得仙气袅袅,足见南京人对它们的喜爱。

春天菜市场的蔬菜区,能看见很多卖菜的老板坐在堆如小山的菜摊后面,一点一点地掐去蒿叶,把掰断的芦蒿放进小篓子里。鲜嫩的芦蒿最宜清炒,仅以盐糖调味,就能吃到那股特有的清香脆嫩。芦蒿搭配肉丝、香干、香肠相得益彰,《大淖记事》里提到:“菱蒿是生于水边的野草,粗如笔管,有节……加肉炒食极清香。”

芦蒿有多鲜美呢?整天想着吃的美食家东坡先生时不时要提一下它:“久闻菱蒿美,初见新芽赤。”还有那句著名的“菱蒿满地芦芽短,正是河豚欲上时。”而老南京人则说“一月芦二月蒿,三月四月当柴烧。”人们从开春一直吃到暮春,直到芦蒿茎老方才作罢。

在南京菜市场的蔬菜摊里也不难寻得春笋的踪迹,不过春笋和冬笋时常摆在一起。杭州人好得一口油焖笋,浓

油赤酱;上海人吃腌笃鲜,咸肉片与春笋搭配一绝;南京人除了清炒,还将腌笃鲜里加入河蚌,把春日山水之味融于一体。

蚕豆算是“八仙”中最低调的那一位。菜场里大多是剥好的,新翠满筐,绿意融融。去莢水煮,佐以盐花,无需过多的修饰,最能尝到蚕豆的清香与芳



洁。夫子庙有一道著名的小食茴香豆,用干蚕豆,即罗汉豆泡浸后沥干,与茴香、桂皮、盐同煮。煮到表皮起皱,豆肉韧软耐嚼,清香味甘,下酒一流。

还有一种原先上不了台面的蔬菜:母杞头,也叫苜蓿。江南一带,吃苜蓿

苗的由来已久,其清新的香气是许多人的至爱。南京人对这道野菜不会陌生,城中有个地方就叫苜蓿园,据说明代是种植马草的地方。以前苜蓿是喂马的饲料,如今早已端上人们的餐桌。南京人的吃法大多是用油炒,放点糖,吃起来甘中带点苦涩,兼有野菜的清香。往东边走,母杞头到了扬中变成了秧草,

是红烧河豚的不二搭档;到了苏州称为金花菜,一道金花菜炒蚌肉俘获了多少人的胃口;到了上海变成草头,与大肠头同炒,化身名菜草头圈子。

等到菜市场里的香椿、菊花脑、马兰头不见的时候,春天似乎就过去了。

入包入团都是春蔬

春节后,南京人排长队买青团的新闻上了热搜。年才刚过,尚在正月里,南京人已经垂涎春天的那一口香。青团,特别季节性的草根美食。将艾草捣出汁,和入糯米粉中,散发出药香、草木香和野菜的混合香气。里面的豆沙馅要用猪油来拌。经过油脂和淀粉的驯化,艾草的野性被恰到好处地压制。青色凝固,成为一种绚丽的翠青,分外诱人。动手撕开,馅料软塌塌,将泄未泄,香气扑鼻袭人,送入口中,绵绵缠绕,唇齿留香。

江南一带的人们素来善于运用这些春菜,总能想到法子最短的时间里将它们的美味留住,如果说青团不那么稀奇,荠菜馄饨和菊叶汤包大概

就是属于南京人的独特巧思了。

荠菜长于冬季,先春而萌,是返青最早的报春菜。浓郁的年味之后,荠菜带着它的清新和朝气,令食客们眼前一亮。剁碎的荠菜和肉末混合,入锅后在沸水里接连打滚。在荠菜馄饨里加入应季的鲜味刀鱼,荠菜的香裹挟刀鱼的鲜,又将馄饨的美味大幅度升华。

菊叶汤包这道南京点心最大的特点是现点现蒸。下单之后,只见玻璃橱窗里的厨师们迅速拈起面皮,用小勺子舀起拌好的菊花脑馅料,眨眼之间,几只包子进入笼屉,云雾缭绕之间,闻到淡淡青草香。

难怪周作人、胡小石、叶灵凤、汪曾祺等诸多文人纷纷写下令人垂涎的文



章。大概,他们在不约而同地以这种方式来解馋。

清末民初,名士龚乃保客居南方5年,很难吃到好的肉食,至于甜美的蔬菜,更是少之又少。他念及家乡金陵的蔬菜之美,不觉垂涎,唯一解馋的方法,只有把它们记录下来。于是,在冶城山麓自己的家中,龚乃保写了一本《冶城蔬谱》,以表达对家乡江南蔬菜的眷念。

他只盼望自己能早日归乡,有一块自留地,做一个菜农,种一些蔬菜,便心满意足了。