

小院韭香

● 伊羽雪

家中有院,二十余平方米。人说,植竹养兰,意幽境阔,可谓品位高雅,人之真趣。我说,白石善画,鲁班从木,所好不同,志趣相通,遂植韭于小院中。

韭,多年生草本植物,一次种植连续采收,割了又长,长了再割,勿用翻耕换茬,只需置备一把镰刀。有远朋来我家,指点院中嫩韭,轻言韭为草根之蔬,笑我乃懒散平俗之人。

杜甫诗云:“夜雨剪春韭,新炊间黄粱。”苏东坡诗云:“渐觉东风料峭寒,青蒿黄韭试春盘。”从诗人的佳句中,我却感到韭的光鲜和唯美。汉代民谣:“发如韭,

割复生……民不可轻。”韭,还用来比喻古代平民的反抗精神。有书云:“侠客之宝剑,小如韭叶状。”韭,亦充溢着侠肝义胆之气息。古人早就认识到韭的蔬菜价值,广为种植。西汉时规定,“每户要种一畦韭”。五代十国时规定,10岁以上男女要种一畦韭,畦不可太小太短,需“阔一步,长十步”。从历史长廊里,我悟得韭的妙处来。

阳光惠临,细风和畅。嫩韭齐刷刷地拱出地面,成排成行,丛丛鲜翠。我家小院清丽明快,充满生机。

小院变成了韭园,韭香弥漫,清新自然。俯身观韭,感受着丰收的喜悦,想象着

韭的妙用。

韭,属百合科植物。山韭、丰本、扁菜、长生韭,皆为韭。还有一个很趣雅的名字——草钟乳。《图经本草》记载:“菜中此物(韭)最温而益人,宜常食之。”

《本草述钩元》谓韭“生则辛而散血,熟则甘补中”。“韭之美在黄”,韭黄,鹅黄鲜美,自古受到人们赞誉。陆游诗曰:“新津韭芽天下先,色如鹅黄三尺余。”韭,还有“春菜第一美食”的盛誉。春韭鲜嫩味美,营养丰富。胡萝卜素含量高,连胡萝卜也稍显逊色。维生素和矿物质含量亦可观,具有温中、行气、散瘀、解毒之功效。韭菜吃法也多,可炒虾皮、炒鸡蛋、炒肉丝、炒豆腐,还可旺油爆炒,断生即盛,浓香扑鼻。将韭菜调成馅,做成水饺、包子,可谓人们喜食的佳味了。

饮食百科:韭菜入药始于《滇南本草》,又名草钟乳、壮阳草、扁菜。韭菜味辛,性温,入肝、胃、肾经,具有温中、下气、散血、消肿作用。鲜韭菜捣碎外敷,可治跌打损伤、瘀血肿痛。其种子有补肝肾、暖腰膝、壮阳气、缩小便的功效,小儿先天不足,发育不良,尿多或遗尿时,也可用韭菜子(种子)配合其他药物来调理治疗。



桂花丸子

● 赵玉明



也是煮不透的。

当锅里的水被烧得锅底冒出细小的汽泡时,母亲抓起一把白丸子,绕着锅边撒下去,

然后继续加热。水烧沸后用锅铲轻轻搅动,以避免白丸子粘连,不一会儿,白丸子变得白白胖胖,一个个浮出水面,母亲就从玻璃罐里抓一小撮干桂花撒在锅里,再用筷子轻轻拨弄几下,香气氤氲,满屋飘香。

母亲在瓷碗里放一勺白糖,用漏勺将白丸子捞进碗里,倒进一些沸水,顿时香气袭人,白丸子间飘浮着一层橘红的桂花,红白相间,艳丽,喜庆。舀一小勺送入口中,白丸子清甜绵软,不粘牙。特别是冬日的夜晚,当我写完作业,吃一碗母亲煮的热气腾腾的白玉丸子点心,做梦都在仙境里。

又值秋日,暑气渐消,天气凉爽。一大早就接到母亲的电话,说她又做了好多我最喜欢的白丸子,问我什么时候能回乡下品尝,还说她这次做了好多,返程时可以带些到城里去。

秋风起,桂花香,香甜的白玉丸子里,是母亲暖暖的爱和浓浓的情。

在故乡,每当新稻收获时,母亲就会做一些白丸子,煮出一锅飘香的桂花白丸子给我们吃。

做白丸子很简单,就是将新收的糯米和粳米按一定的比例搭配,倒入盆中用清水浸泡。第二天把浸透的米磨成米浆,沥干水分后,将米浆搓成条状,再一截一截掐断,轻轻压成扁圆状,放到竹筛上去晾晒。

院子里长着一棵桂树,母亲晒白丸子的时候,正是收桂花的时节。母亲在树下铺上宽大的被单,用一根顶端绑着小木叉的长竹杆顶住树枝摇动,一阵纷纷扬扬的桂花雨便扑簌簌地飘落下来。母亲把桂花挑拣干净,晒透,用玻璃瓶装起来,这是煮白丸子的上等配料。

煮白丸子是要有技巧的,水没烧热,白丸子下锅后会融化,就会煮成一锅米糊。水烧得太烫,白丸子下锅后外层熟了,内心不熟,再烧多大的火

SPH 上海医药
SHANGHAI PHARMA



上海雷允上药业有限公司
SHANGHAI LEIYUNSHANG PHARMACEUTICAL CO., LTD.

经典相送
爱的传递

