



最恋一抹蚕豆香

□钟正和

天下美味之物，除了质好新鲜，烹调得法，也是锦上添花的重要一笔。

立夏前的新蚕豆，历来都是食客的美味，可以做出很多菜。晚清那位真正吃出文化的老饕、随园主人袁子才的方法是：“新蚕豆之嫩者，以腌芥菜炒之。”仓山居士，不仅是著名的文学家，还是一位经验丰富的烹饪学家，想必他是亲做亲尝之后，方有此说。

可见，咸菜炒蚕豆，这道引来赞美之声不绝、令无数人竖起大拇指认为“甚妙”的百姓灶头上的家常菜，其始作俑者，极有可能就是这位真正吃出文化的老饕。更有意思的是，袁的诗文，时至今日，能记得之人寥寥。但他发明的这款佳肴，在家乡及周边一带，依旧无人不知、无人不晓。

而在个人的印象中，对那种最上市、价格也最贵时的嫩蚕豆，外婆有时会配以葱花炒。从地里选那些厚实的豆荚摘下来，回家剥开后，大拇指柔软地往前一挤，三两颗浅绿如碧玉、嫩得一掐一股水的豆粒，便不胜利娇羞地出来了。

刚从豆荚里剥出来的豆粒，湿漉漉的，让人仿佛闻见了田野气息与泥土芬芳。像这类嫩蚕豆，不必洗（否则烹饪时易老），应尽快下锅，品尝暮春浅夏时节中那份特有的绿意。

入锅的蚕豆，于热油锅中一通翻炒后，盖上盖略烧，出锅前撒上一把葱花即成。掀开锅盖，透过一股扑鼻而来的豆香，但见火里来、油里去的蚕豆，色泽愈发碧翠，盛到洁白的碗里，好一份恰似田野的青绿。

启箸轻夹一颗，放入嘴中，嫩嫩的、酥酥的、糯糯的，清香中带点鲜味，细细吃来，那份能咂出春韵的鲜美，让人很享受，不由得筷子的频率也跟着加快起来。一碗原本想用来

当菜的蚕豆，往往还未到正式开饭时，已所剩无几哉。

吃蚕豆的日子很短，一天一个味道。初时的新蚕豆，大可连皮带肉一起吃，但过几天便只得吐皮食肉。再等数日，蚕豆便从少女变成了妇人。此刻的它们，虽不及之前鲜嫩，但豆粒上的“眉毛”尚未变黑。于是乎，一款咸菜炒蚕豆，便适时在自家餐桌上露面了。

听外婆说，这光景中的蚕豆，外皮是韧的，里面的豆肉是沙的，口感寡淡而略带韧性，搭以咸菜来烧，更为入味，用来下酒下饭都极好。

娘舅收工时，从田埂上随手摘一箩蚕豆荚，回家交由外婆，剥出一碗，倒入爆热油锅里。伴着滋滋声响，蚕豆在铲刀下不停地翻滚，于灼热中走向成熟。待它们安静些了，撒一把从坛里抓出切细的黄澄澄的雪里蕻咸菜，添上水，连盐都可免了。

灶火哔哔剥剥地燃烧着，黑黝黝的木锅盖缝里冒出一股股，原始古朴又天然纯粹的香，将从门前路过的街坊四邻都裹挟住了。

于溢满整个灶间的豆香中揭开锅盖，但见锅中的蚕豆，身上沁出细密的汗珠，好似一个个小胖子在蒸桑拿呢。趁热盛碗上桌，煮裂了的蚕豆格外肥美，粉嘟嘟的，沙中带糯，柔腻甘爽。豆的清香，加上咸菜的鲜爽，裂变成一种极鲜、极香、极下饭的味道，一下子唤醒舌尖上的味蕾。

该种源自广袤原野、蕴含有一冬又一春的雨露滋润，又染上了浓浓家常气息的清香，能不香得诱人？故而每每吃到这口专属于由春转夏季节里的滋味，会由心底生出一种犹如裂开的红石榴般的幸福感，满溢着快慰与安妥。

立夏吃“软菜”

□虞燕

每每临近立夏，软菜的存在感似乎突然增强了，主妇们碰面，三句话不离软菜，“要软菜去我家地里割啊”，或者“立夏快到了，今年软菜还没着落”之类，总之，立夏就必得有软菜，不然，没法好好过节。

我家屋边的地里种有少量软菜，一株挨着一株，很旺盛的样子。软菜的叶片宽大浓绿，看起来皱皱的，摸上去却如丝绒般光滑，还蛮特别的。小时候贪玩，不小心磕破，母亲随手扯两片软菜叶子，捣烂，敷于伤口，说是能止血。

我少时并不爱吃软菜，主要受了“立夏吃软菜，背脊像门板”那句话的影响。背脊像门板，意即挑得动担、干得了重活，身体健壮，可女孩子背宽不好看了呀，更不适合穿花裙子。那个王家道地的阿青婶，肯定吃多了软菜，肩背宽又厚，整日穿得跟男人似的。我那会正对月饼盒上的美人着迷呢，纤细，柔美，从没见过哪个美人背脊像门板的。我怂怂弟弟多吃软菜，男人就应该壮壮的，长大了可以多干活。

但母亲又有了新的说辞，吃了软菜，夏天不会生痱子，皮肤会像软菜一样柔滑，而且可以免除蚊虫的叮咬。这就让人为难了，我也很想皮肤滑，不被蚊虫叮咬啊，那就稍微吃一点吧，不敢多吃，怕背脊宽。后来听隔壁的莹莹妈说，软菜只有不切碎，整个叶子煮着吃，才会背宽、健硕。我这才彻底对软菜放下戒心。

立夏那日，除了囿

囿蛋、豇豆糯米饭等，饭桌上可少不了软菜豆瓣羹。软菜切细，新鲜倭豆剥肉，两者加水同煮。“咕嘟”声响起时，慢慢倒入调好的淀粉汁，汤汁逐渐变得浓稠、透明。起锅前最好撒一点咸齏碎末，那么，软菜的软滑和倭豆瓣的鲜糯里，就会立马增添一股酸溜溜的香。这道羹一做便是一锅，得趁热吃，直吃得微微出汗。吃完，顿时感觉皮肤都滑了不少。

关于软菜，还有个听烂了的故事。据说南宋时，金兵入侵中原，康王赵构为了逃避金兵，从临安（今杭州）到明州（今宁波），跨洋过海逃到昌国（今舟山）。赵构刚刚弃舟登岸，金兵就尾随而来，他慌不择路，直接从蔬菜田里踩踏而过，把蔬菜踩得面目全非。谁知当天夜里下了一场春雨，这田里的蔬菜第二天居然就恢复了原貌，且长势喜人。于是，民间就把这种蔬菜称为“御菜”。“御”在本地方言里音同“软”，所以我们就叫“软菜”了。

那时候听得似懂非懂，反正这菜跟皇帝有关就对了。上初中时偶然得知，“御菜”是有学名的——“菘菜”。菘菜，君踏，帝王踩踏过的蔬菜。这么说来，还是逃不过皇帝去。

自此，立夏吃“御菜”便又多了个祈望，如菘菜那般具有强大的生命力，不但整个夏天不疰夏，终年都能生机勃勃，体力充沛。

第7287期 配图 李海波 投稿邮箱: essay@cmb.com.cn

