

宁波西乡

笋香漫处是幸福

□王军民 文/摄



烤笋

我自小就喜欢笋。菜场、超市里常年有笋供应，可我总觉得，那些笋少了地气与山野灵气。四季笋中，我最偏爱春天的春笋，尤其是宁波西乡山里长出的，那股鲜、嫩与泥土香，别处难及。这份偏爱，大半是老丈人给我养出来的。

老丈人退休后，没在城里享清闲，执意回了西乡老家。祖上留下几十亩山林，不算大，却够他忙活一辈子。这十几年，山林成了他的牵挂，一天不去看一看、走一走，心里就不踏实。

他知道我爱吃笋，自回去那天起，就没让我断过。春有春笋，夏有鞭笋，秋有小笋，冬有冬笋、雷笋，一年四季轮番送，从未间断。旁人笑我是“好笋女婿”，我心里清楚，老丈人给我的从来不止是笋，更是从心底对我的疼爱。

宁波西乡的春笋里，最珍贵的是“黄泥拱”——笋尖刚顶起一小块黄泥，尚未完全冒出，藏在湿润黄土里吸足地气，长得饱满厚实。剥开来，笋肉雪白，嫩得能掐出水，几乎没有粗纤维，咬一口清甜鲜爽，那味道直钻骨髓。宁波人常说“透骨新鲜”，吃过那么多笋，唯有黄泥拱配得上这四个字。

每年清明前后，是春笋最旺的时节。老丈人天不亮就上山，专挑这种黄泥拱。他懂山、懂竹、懂笋，哪块土里有好笋，一看一个准。挖笋时轻手轻脚，生怕伤了竹鞭，断了来年的收成。挖回来后，还会仔细挑选，把最嫩、最壮的留给我们。

我和妻子常回西乡看望他们，春天回去得更勤些——不只为那口鲜笋，更愿跟着老



竹林

丈人上山转转，看竹林、闻泥土气，一起识笋、挖笋。老人教我辨笋：尖的嫩、圆的老，壳紧的鲜、壳松的柴，颜色亮的正当季，发黄发暗的就老了。跟着他走在竹林里，听风吹竹叶沙沙响，看阳光从叶缝漏下，城里的忙乱与压力，瞬间烟消云散。

最让人惦记的，是家里那口土灶烤笋。老丈人为烤笋，特意在后厨砌了老式大灶，青砖垒就，大铁锅稳稳嵌在上面，柴火一烧，整间屋子都暖烘烘的。我也跟着学会了烤笋，添柴、看火、翻笋，步骤简单却需耐心，火不能太猛也不能太弱，要让笋慢慢出味、入味。

烤笋分两种：油焖烤鲜香发亮，咸中带甜，最是下饭；而我最爱的是清盐烤，只放清水和少许盐，不加多余调料。柴火慢烧，锅里的水微微翻滚，笋的鲜味被一点点逼出，又悄悄渗回笋肉里。出锅时笋色白净，入口脆嫩清爽，鲜得人舌尖发颤——那是山、土与春天最本真的味道。

我常坐在灶边添柴，看火苗在灶膛里跳跃，闻着满屋笋香，心里格外踏实。那一刻，我最懂什么是幸福。老丈人在灶前忙碌，丈母娘也不闲着，春天一到，她就提着篮子去田埂地头挑马兰，只选最嫩的芽头，洗净焯水切碎，配上自家腌的咸菜和新鲜笋尖一炒，便是地道的西乡野菜。马兰的清、咸菜的香、笋尖的鲜，混在一起解腻开胃，每次回去，这道菜总能让多吃一碗饭。

老丈人除了种竹挖笋，还是钓鱼好手。一有空，他就去溪边、山塘钓鱼，西乡水质好，鱼都是野生的，石板鱼、桃花鱼、马口鱼应有尽有，运气好还能遇上溪鳗。他钓鱼不急不躁，一坐就是大半天，钓多钓少不在意，图的是那份自在。钓回来的鱼，丈母娘随手一做就是美味，尤其是鱼与笋同炖，奶白的鱼汤鲜得人眉毛都要掉下来。

老人还在山边开了块菜地，种些时令蔬菜，不打药、不施化肥，浇的是山泉水；院子里养几只鸡，喂五谷和虫子，鸡蛋格外红，鸡肉也格外香。每次回去，一桌子菜全是绿色无公害的好物——刚挖的春笋、现钓的溪鱼、自种的青菜、自家养的鸡，没有花哨摆盘，却吃在嘴里、暖在心里。饭桌上，老人话不多，只不停给我夹菜：“多吃点，今天刚挖的笋”“这鱼昨天钓的，鲜”，简简单单几句话，比什么都暖心。

看着他们手上的老茧、日渐花白的头发，看着他十几年如一日守着这片山、这片竹，我心里又暖又酸。他不是闲不住，是把对子女的牵挂，都藏在山林里、笋尖上、一粥一饭中。幸福从不是大富大贵、名利双收，而是有山可靠、有笋可吃、有老人可疼、有家可回，是春天有春笋、四季有牵挂，平常日子里藏着的稳稳安心与温暖。

我爱吃西乡的春笋，爱的不只是那一口鲜，更是这片山、这口灶、这缕烟火，还有这份无需言说的亲情。愿时光慢些、再慢些，愿老人身体健康、平安长寿，愿我们年年都能回西乡，闻笋香、吃烤笋，守着这份简单、朴素、实实在在的幸。笋香漫处，便是心安；心安之处，便是幸福。



“黄泥拱”

大雷的“黄泥拱”笋

□谢良宏 文/摄

“头角崭崭露，江南四月时”，春暖花开之际，浙东横街大雷的“黄泥拱”笋如期上市。“黄鹂叫断春雨滋，墙东新笋齐人眉”，大雷的“黄泥拱”笋因独特土质，格外鲜活爽口。它生长在大雷深厚肥沃的黄土层中，整株裹着黄泥，笋尖褐红、笋须明黄，毛茸茸的，恰似刚从“娘胎”里探出的稚子。剥去笋衣，一股清甜的鲜香便扑面而来。浙东横街拥有五万亩竹林，大雷、半山、爱岭、竹丝岚等地出产的黄尖、红芽、白根“黄泥拱”笋，在当地久负盛名。

笋按季节可分为冬笋、春笋、鞭笋三大类，市面上常见的还有被誉为“江南第一笋”的雷笋。冬笋是毛竹冬季生于地下的嫩茎，生长时间从年头12月至次年春节前；春节后至5月生长的为春笋，前期完全埋于地下，笋头拱出土后也称毛笋，横街人所说的“黄泥拱”，便是刚从黄泥中拱出头的毛笋。鞭笋则细长如马鞭，是毛竹夏季生长的嫩杈头，上市时间为每年5月至10月。

雷笋以奉化溪口最为有名，当地青山绿水，是雷笋的绝佳生长地。它因早春打雷时节萌出而得名，一夜间破土而出，白嫩鲜香、脆而不涩。当地笋农采用砻糠覆盖法，模拟春日温度，让雷笋提前至春节前上市，口感更显白嫩松脆。

雷笋营养丰富，含18种氨基酸及铁、钙、磷等微量元素，还有多种维生素，且脂肪、糖类含量低。据医籍记载，雷笋味甘微寒、无毒，有消渴、利尿、清肺化痰之效，其丰富的纤维素能促进消化排泄，助力减肥。雷笋食用方法多样，炒、焖、炖、煮皆可，还能加工成手剥笋、油焖笋等制品，便于长期保存。实践证明，砻糠覆盖培育的雷笋，在产量、品质和经济效益上均优于自然生长的雷笋。

眼下的春笋，当属最鲜嫩的美味。它是竹子冬季在土中孕育的枝芽，吸收了上一年的养分，经一冬休养，开春后探出“脑袋”，鲜爽口感无可替代。笋自古被视为“菜中之珍品”，陆游曾赞其“色如玉板猫头笋，味抵驼峰牛尾狸”，李笠翁更将其誉为“蔬菜第一珍品”。

大雷笋农汪师傅介绍，笋富含水分、植物蛋白及多种营养成分，纤维素含量尤高。中医认为，春笋能“利九窍、通血脉、化痰涎、消食胀”，可吸附脂肪、促进消化，对单纯性肥胖者有益。

买春笋需挑短粗、色淡者，上好的春笋笋壳有细茸毛、不沾土，笋根一掐即破，笋肉浅黄、节距近、笋尖淡绿。汪师傅分享了几种家常做法：春笋油焖，将笋拍松切段，热油煸炒后加调料焖煮，撒葱花即可；春笋炒鳝丝，鳝丝煸炒后加调料焖煮，再入笋丝、韭菜勾芡淋油；春笋煲香菇，笋丝、姜丝煮15分钟后加香菇，调味即可。此外，咸齋烤春笋、天菜蒜笋片浆也十分鲜美。

需注意，春笋虽好不可多食。古人云“食笋譬如治药，得法则益人，反是则有损”，胃肠道疾病患者、结石患者、脾胃虚弱者及产妇，均不宜多吃，且笋为发物，需适量食用。