



『拾味』干崩羊肉

田伟

在暖城,羊肉是必不可少的美食之一。俗话说得好“春夏养阳,秋冬养阴”,气温一变,想吃羊肉的那颗心就按捺不住。更有甚者冒着大雨天也要去街头巷尾找寻自己中意的那家肉质鲜香且味道不膻的馆子。羊肉作为中医严选的进补食材,一碗热乎乎的羊肉,就能暖阳散寒,令人元气满满,成为暖城拾味里平凡人生的幸福剪影。

羊肉的做法在鄂尔多斯有很多,炖、煮、涮、烤等花式做法看得人眼花缭乱、口舌生津,但在我记忆中最令人惊艳的做法是干崩羊肉。第一次吃到干崩羊肉是在念初中时候应邀去朋友家开的饭馆吃的。一家位于准旗薛家湾镇巷子里的“李二干崩羊肉店”,初中时候的腼腆胆怯,导致当时“二叔”盛情款待下也只吃了几块,但是鲜香的味道却印入记忆的味蕾里,以至于好几年都难以忘记。

前不久碰到几个朋友,我们还专门探讨起干崩羊肉的做法。好似一名美食老饕做学问般严谨论证炖肉的食材,惊叹不加水、不用油、一把盐,利用羊肉本身携带的油分,就能烹制出鲜而不膻、肥而不腻、味道醇香、风味独特的干崩羊肉。

干崩羊肉是一种独特的羊肉烹饪方法,起源于鄂尔多斯地区。这种做法不需要加水,主要通过羊肉本身的脂肪在烹饪过程中慢慢炖煮,使羊肉鲜美且不腻。至于干崩的做法从何而来?源于本地古老深厚的民族文化浸润与庄严肃穆的黄河文化影响下,融合多元的饮食文化,将原本朴素的食材发挥出独特的香味。

干崩羊肉好吃是选用的羊肉比较好,需特有的三年生鄂尔多斯山地山羊,这种羊因为常年食用山上的天然草药,肉质细腻,口感独特。干崩羊肉好吃是因为烹制过程的厨艺,以及盖锅慢炖的那两个小时锅气。

我认为,食材与厨艺是相辅相成的,缺一不可。论食材,我们鄂尔多斯的羊肉本身就好,无论是阿尔巴斯山羊肉、乌审旗细毛羊、还是准格尔羯羊肉,住往只需要最简单的烹饪方式就能制作出美味佳肴。论厨艺,同样的食材、刀工、火候、调味等工序,不同的人,依旧会做出不一样的味道。

干崩羊肉不仅是一道菜,更是一种文化的传承,承载着风土人情和生活艺术,不仅含有维持生命所必需的能量,还蕴藏着深厚而温暖的力量。一盘干崩羊肉,更是包裹着人们对美好生活的向往,体现了鄂尔多斯地区独特的饮食文化和传统技艺。

二

干崩羊肉的美妙,在于其搭配的无所禁忌。历来不同的食客也有着对干崩羊肉专属的搭配偏好,像鄂尔多斯西部三旗区那边会蘸着辣椒面或配着蒜片吃;也有如准旗达旗这边搭着黄米炸糕,蘸着肉汤底吃。

离乡外出的人们,总爱在返乡的第一时间,追寻着家乡的味道,在日趋雷同的城市生活中,可以找回一丝往昔的乡愁。的确,在很多时候,远方的诗歌也比不过面前热气腾腾的美食,味蕾记忆镌刻在童年的细节中,深埋在乡土的岁月里。

美食可见人间温情。《一日禅》里有句话:“人间烟火气,最抚凡人心。”大抵是,家人闲坐,灯火可亲,为喜欢的人做饭,吃喜欢的人做的饭;央视纪录片《舌尖上的中国》说:中国人总会将苦涩藏在心里,把幸福变成食物,呈现在四季的餐桌之上。正因此,热气腾腾的餐桌,一家人团圆,笑语满堂,推杯换盏,才会成为中国人最简单也最踏实的幸福。这时吃上一口味美弥香的干崩羊肉,比什么美味都好。

人们怀念的每一种味道,其实都与爱有关。在我们本地人关于时光的记忆中,不论是过节,还是家中大小事都离不开羊肉见证。羊肉是弥漫着烟火气的生活象征。正如李白在《将进酒》中写有“烹羊宰牛且为乐,会须一饮三百杯”。李白写得多么豪放,煮羊宰牛的境遇下,一气之下喝他三百杯也不嫌多。

过去,遍布薛家湾街头巷尾的羊肉馆子,现在依旧静静地开在那里。店面可能换新,但是在后厨熬煮的熊熊火光中,依旧能闻到羊肉的香味,仿佛诉说着大自然的无私馈赠。

三

在纪录片《蒙吃记》中,无意间看到弹幕评论区中有人写道“世界上没有什么不好的情绪是炖羊肉解决不了的,如果有那就再来一盘干崩羊肉”,这句评论触动我,原来内蒙古的美食远远不止于简单的大口吃肉般“豪放”,而是蕴含着我们草原儿女对生活的热爱,以及对美食的极致追求。

从科学的角度来说,美味的食物会带走烦恼,这是有依据的。当我们吃东西时,尤其是吃到喜欢的食物时,大脑会释放一种名叫多巴胺的神经递质。多巴胺与愉悦感相关,因此我们吃到美味的食物时,会感到快乐和满足。

想象一下,在一个寒冷的冬夜,满身疲倦外加班味十足的你走进一家饭馆,一进门就被温暖的羊肉香气包围。面前放上一盘味道醇香、风味独特的干崩羊肉,羊肉外表香脆,内里肉质依旧紧实,如此美味的冲击可以直接上手了!蘸着秘制酱料,热腾腾地一口咬下肚,五脏六腑分外熨帖,整个人都暖和了起来,任何烦恼都离你远去。

美食不但可以填饱肚子,还可以慰藉精神世界,温暖着无数风尘仆仆的赶路人。都说最诚挚的邀约一定少不了美食,倘若你跨越千山万水奔赴暖城,流年穿梭而出的美味,在沸腾的烹制中浮沉,淬炼出一盘热乎乎的干崩羊肉,这种人间美味,怎会辜负你的口腹之旅呢?

入夜时分,街巷饭馆里,点一盘干崩羊肉,再蘸上秘制料汁,在黄米炸糕的搭配下,味蕾难忘。

母亲的手擀豆面

苏良进

盛夏时节,骄阳似火,空气中仿佛燃烧着熊熊烈焰,炽热难耐。我刚下了车,便觉又饿又热。抬眼间,瞧见一家面馆,赶忙走了进去,要了碗凉面。坐在面馆里,享受着空调吹出的丝丝凉意,待吃完那碗凉面,确实感觉神清气爽了不少,可心底却总像缺了点什么似的。我的思绪飘回到了小时候母亲亲手做的手擀豆面,可比这面馆里的凉面好吃很多。

记得母亲做手擀豆面的时候,我总会搬个小凳子,坐在一旁静静地看着。母亲先是细心地准备面粉,一般会选用豌豆面和白面,将它们一同放入盆内,其中豌豆面的占比会稍微多一些,然后再把它们掺和均匀。那豆面粉的颜色看上去要比小麦面粉黄上一些,在阳光的映照下,还散发着晶莹的光泽。

接着,母亲便开始加水揉面。她一边缓缓地往盆里加水,一边用那双灵巧的手不停地揉着面团,直到揉成硬面,这才盖上盖子,让面团醒上一段时间。

母亲把醒好的面团放在了案板上。先是将面团分成两小块,然后再捏成圆饼状,准备开始擀面。只见母亲拿起那根长长的擀杖,一下又一下地反复擀压着面饼,那动作娴熟而又有力。随着擀杖的一次次起落,面饼渐渐被压出了光,变得越来越薄,最后被擀成了一张大大的薄饼,厚薄均匀得恰到好处,就像是一个银色的车轮,静静地躺在案板上。母亲再轻轻地在上面撒上一层面粉,防止粘连,随后把面饼展开,从左右两面向中间折叠起来,那折叠好的面饼就如同一条多层的铁轨形状。最后,拿起刀,利落地把它切成了

均匀的面条。

这边,母亲早已用大锅烧上了开水。待水沸腾之后,便把切好的面条下进锅里煮。不一会儿,面条就煮好了,母亲用筷子把面条捞出来,放在碗里。接着,把事先做好的西红柿鸡蛋汤卤子浇在面条碗里,刹那间,空气中弥漫着一股诱人的香气,那香味直往人鼻子里钻,让人垂涎欲滴。我看着这色香味俱佳的豆面,再也按捺不住,迫不及待地端起碗来,大口地吃了起来。边吃还边好奇地问:“这手擀豆面为啥就特别好吃呢?”父亲笑着回答道:“那是因为特有的豆香呀,所以吃起来特别美味。”

后来,我渐渐长大,才明白原来豌豆中含有大量的植物蛋白和淀粉,自古以来就是食品中的上品。人们喜爱吃豆面,正是因为它丰富的营养价值以及那与生俱来的豆香味。豌豆面做成的食品吃法多样,可在我心里,最爱的始终是母亲做的手擀豆面。

在我的家乡,还流传着许多关于豆面的俗语,像“长长的豆面油呛酱,一碗不够再调上”“宽豆面,豆面长,汤清水利,满口喷香”,直到现在,豆面还常常被用于待客,其中蕴含着相思不断、情意绵长的美好寓意。

母亲的手擀豆面,不仅是一道美食,更是我生命中最珍贵的存在。它承载着岁月里最温暖的味道,那细腻的口感,就如同母亲的爱一般,每一口都饱含着母亲对我的牵挂与关怀。即便如今时光流转,那些美好的回忆依旧清晰如昨,母亲的手擀豆面已然成为了我心中永恒的美味,永远散发着母爱的芬芳,让我在人生的旅途中,时常回味起那份浓浓的亲情与温暖。



炎炎夏日丝瓜香

石国全

炎炎夏日,除了莧菜、茄子随处可见外,丝瓜也大量上市了。上至庙堂之高,下至江湖之远,顺手买回一些新鲜欲滴的丝瓜,或清炒,或烧汤,成了百吃不厌的美食。

犹记儿时,村里差不多家家户户都种丝瓜。每年春天,村里几十户人家,有的在河边老柳树下,挖塘边播下丝瓜种子;有的在菜园里选一处空地,栽下丝瓜苗;也有的喜欢在院墙脚下埋上七八粒丝瓜种子,然后浇足了水。十天左右,娇嫩的丝瓜苗就破土而出,时间不长就开始铺藤了。

丝瓜不能就地铺藤,要插上竹枝协助藤蔓攀引上墙、上架、上树。于是,我找来几根小竹竿插在院墙的土里。丝瓜苗像长了眼睛一样,沿着竹竿往院墙上攀爬。丝瓜藤长得真快,藤衍藤,蔓长蔓,把院墙爬得满满的,白色的院墙被藤蔓编成一道绿色的屏障。微风吹来,院子里弥漫着淡淡的草本清香,让人舒畅。

丝瓜花开起来,绿墙就形成了绝美的乡间小景。你见过丝瓜花吗?它们像美丽的小仙女一样娇柔。尤其是它的颜色,明黄的、灿烂的,非常醒目。小黄花鲜嫩娇俏,在风中调皮地摆动裙摆,仿佛能听到它们的欢声笑语。黄色的小花朵点缀在绿瀑布之间,有璀璨的光芒。丝瓜花开呀开,开成千朵万朵,真有点繁星江满天的意趣呢。花朵引来了蜂蝶,花墙上蜂飞蝶舞,更热闹了。花朵们与蜜蜂嬉戏、与蝴蝶耳语,绿墙上生机无限。

过不了几天,小丝瓜就长出来了。刚长出来的丝瓜,只有手指般大,头上还顶着黄花呢。很奇怪的是,黄花未曾枯萎,依旧是鲜嫩好看的模样。小丝瓜很顽皮,总喜欢藏在宽大的绿叶中。一阵风吹过,它们被吹得露出头,连同小黄花也露出来了。没多久,稚气的小丝瓜就长大了。长大的小丝瓜,真有点让人觉得“女大十八变”,它们的腰身变得修长美丽,婀娜多姿。一条条漂亮的丝瓜悬垂在绿墙上,就像一根根绿色的香肠挂满整个架子。每次采摘丝瓜,我都自告奋勇,小心翼翼地爬上屋后大柳树,左手握住丝瓜右手拿着铅笔刀,顺着藤割下成熟的丝瓜。丝瓜鸡蛋汤是村里家家爱做的一道菜。把摘下的丝瓜,去皮、切片、洗净,然后将切片的丝瓜入油锅翻炒后,倒水烧开,打两个鸡蛋搅碎,倒在丝瓜汤里,放一点盐,烧沸后出锅,绿中带黄。吃口饭,喝一口丝瓜蛋汤,真爽。还有丝瓜炒辣椒、丝瓜鲫鱼汤、丝瓜烧咸菜、丝瓜炒蛋皮……此时,丝瓜的清香溢满村里人家夏秋两季的厨房,那种香味真是令人陶醉。有时丝瓜结了很多,自己家里一下子难以消化,也会主动给邻居送上几根,小小丝瓜也成了邻里亲情的“互联网”,助推器。如果还有多余的则用绳子捆好,带到街上的集市卖掉,换些零用钱。

丝瓜,作为夏季餐桌上的常客,不仅是一种清爽可口的蔬菜,还被中医誉为“药食同源”的养生佳品。

《本事方》曰天丝瓜,又曰蛮瓜。有两种:一种瘦长者丝瓜,一种粗短者为蛮瓜。又曰鱼鳃,或作虞刺。《食物本草》曰:痘疹及脚痈方中用之。性能解毒退热,利肠胃,和胎气。气味甘平,百病不忌,热病及痘疹、肿毒尤宜。或多饮其汁,能解大毒。《生生编》谓其暖肾助阳,俗医谓其化痰,均大误(此物捻之绵软,形如已痿之阳,故善能痿阳)。《宣雅方》治脚疽疮口大深不能敛合,捣汁频抹。丹溪治玉茎疮溃:捣汁,和瓦器子未频涂。《普济方》治喉闭肿痛,捣汁饮。又稀痘毒方用其藤上须,不验,不足录也。

明代朱橚在《救荒本草》这样描述丝瓜:“结瓜形如黄瓜而大。色青,嫩时可食,老则去皮肉,有丝缕,可以擦洗油腻器皿。味微甜,采嫩瓜,切碎,炸熟,水浸淘净,油盐调食。”

元代朱震亨《本草衍义补遗》记载:“丝瓜主治痘疮不快,结者烧存性,入朱砂研末,蜜水调服,甚妙。”《中药大辞典》将丝瓜的药性为“清热化痰、凉血、解毒”,当丝瓜老熟后,采摘、晒干,去皮和种子后,切段后可入药。那时,乡下生活水平很低,医疗条件更是有限。村民有个头疼脑热,咳嗽痰喘,痈疽疮疡,无名肿痛等,丝瓜就成了治病疗伤的天然“良药”,既不花钱,又省精力。

《本草纲目》记载:丝瓜性凉,味甘,具有清热解暑,利尿消肿,通经活络的功效。

屋外,暑热正盛,不妨来一碗清热解暑丝瓜炒蛋汤吧!

