

极端美食 牛屎烤火边子牛肉

有关火边子牛肉，人们已经十分熟悉，但可以补充的细节很多。民间这样形容当年的自贡：“山小牛屎多，街短牛肉多，河小盐船多，路窄轿子多。”其中“两多”都与牛有关，这反映了牛在当时盐场举足轻重的作用。人们说牛兴旺旺、牛亡场衰，一点也不为过。将牛屎泼在山坡草地上，春天草场上会生出一层菌子，吃起来非常鲜美，被叫作露水菌。“火边子牛肉”“水煮牛肉”“火爆黄喉”“蒸牛肉”等等，都是脍炙人口的美味佳肴。

死牛的美食复活

清朝盐业鼎盛时期，盐场常年拥有耕牛3万多头。乾隆年间，自贡闹了一场罕见的牛瘟，瘟疫从大安寨开始向各盐场蔓延。这下可就惨了，特别是盐商，因为牛死后无动力推水烧盐，损失自然惨重，逼得盐商们一个个愁眉苦脸，眼看着死牛没有好办法。其中也有最机灵的，大安一位姓熊的大盐商，采纳手下一名管家的主意，将死牛造成的损失，转嫁一部分给工人。既然拿不到工钱，无奈之下，工人们只好认了。于是乎，盐工家家都把牛肉当饭吃。那年头的自贡，正是八九月三伏天的三伏天，正是食物腐烂变质的季节，怎么办呢？

有个盐工叫曾树根，人称曾二娃，机敏过人，其父曾是大安一带有名的“伙房”（即厨师），自幼耳濡目染。曾二娃把不成张片的牛肉大刀砍成坨，腌进卤水缸里，将上等牛肉（主要是牛屁股一段）用快刀细心地割成薄片，然后将薄片一张张贴在竹蔑架上，放上适量食盐，让其尽快晾干。待这种薄片牛肉的水气风干之后，他像熏腊肉一样，用松枝、花生壳等微火熏烤，不料牛肉本身缺乏油脂，熏后的牛肉干总有一股股烟焦味，口感不好，几次试验，均不成功。在旁观的母亲提醒儿子：“你用牛屎试试！”用牛屎一熏，不觉烟味，只感到一股股清香扑鼻。曾二娃立即用木棍钉起一个烤架，把晾干的薄片牛肉分别架在四周，进屋内用火钳夹出正燃着的3块牛屎，搁在架下燃烧，只见牛屎的边缘发出丝丝微火，火焰似天然气一样呈绿色，没有一点烟味，火的边缘正好

烤在薄片牛肉上，一个小时后，曾二娃取下架上已经被火烤干的牛肉片，再用干净棕刷刷上一层熟油，撒上早已准备好的小葱末，把牛肉切成小片，放进嘴里品尝，顿觉得鲜香出奇。由于牛屎特殊香味的作用，牛屎烤的边缘之火，其温度不高不低，又无任何异味，这是其他燃料做不到的，因此，这种用牛屎烘烤牛肉干的做法传开了。这就是火边子牛肉要用牛屎来烘烤的由来。

“炸羊尾”的交口称赞

如今的自贡盐业，早已用现代化的机械代替了当年的牛力，时过境迁，现在在好多火边子牛肉，虽然还保持着许多特点，但因为烘烤的燃料不再是牛屎，而今自贡唯有一家公司的火边子牛肉一直沿用传统“牛屎烤”烘烤工艺，由八道工序精制而成。至于还有人在牛粪火中加入松枝和青竹来烘烤牛肉，当属后来的奇想了。

当时火边子的发明是一种不得已而为之的办法。后来只用水牛角上的“股二、股四牛”，这样的肉一头牛只得10到15公斤。有鉴于一些人使用死牛的这种现状，后来大盐商李庶成出任皮局局士（相当于管理局局长），就坚持把死牛掩埋，只将其皮子制作为皮货。这个过程中，也形成了当地口语中“扯皮”、“扯筋”的特有含义。

李庶成的阔气在当时超过了一般的州官，在饮食方面也是奢华而求极端的。他当时与陕西盐商多有往来，秦商从陕带来了绵羊来自流井，李庶成在三多寨修建羊圈，请专人以玉米、盐巴炒豆来喂羊。到冬至，个个膘肥肉多。于是他排开烫皮羊全席，动辄几十道菜，八宝羊肉、粉蒸羊肉、佳味羊肉、雪花羊肉、扎板羊肉，乃至烤羊肉、叉烧羊肉等等，穷其想像，施厨尽力为之。

值得一提的是，一道叫“炸羊尾”的菜，非大尾羊而不可为，味道似油非油，似肉非肉，引得大人物交口称赞。本地普通人家自然不可能获得李庶成的邀请，只好自己试验，竟用猪边油来代替，东施效颦，画虎不成反类犬了。如今，那些咋咋呼呼的小河帮馆子，怕是不知道“炸羊尾”为何物吧。

盐商的穷奢极欲 一锅退秋鱼夺了盐工命

自流井的老人们还记得，在自贡邓关的河道里，产有一种捞捕季节短、无鳞味美、数量甚少且出水即死的退秋鱼。民国初年时，“王三畏堂”的总经理王星垣，特嗜此鱼。为了吃到最新鲜的，他要求设在邓关分号的掌柜备妥锅灶，清晨一网住鱼，随即下锅烹调。烧好之后，马上装入挑面担子的铁锅内，以微火保温。接着由盐工轮流挑着，直奔自流井。途中除疾走外，尚得小跑，像接力赛一样的分段完成。而盐工们则因送鱼，个个积劳成疾，有人甚至在路上口吐鲜血而死。这种对极端主义的口味嗜好，几乎是在谋杀生命，比起以上那些“猪血泡”“炮烙鹅掌”来，犹有过之，真是可恶，也从一个侧面反映了“盐巴脑袋”们的穷奢极欲。

自清中叶以来，东西南北方商云集，盐船漫合，至抗战之始，京、鲁、豫、苏菜糜集盐都，各显神通。自贡烹饪历经两百余年，终成川菜一派——小河帮。如今在成都的盐府人家、蜀江春、阿细食府、徐妈、沫若艺术院等自贡菜馆，其“掌盘牛肉”“坛子美蛙”“血泡肉”“炮烙鹅掌”“香嘴肉”“鲜椒拌兔”等经典菜肴已经赢得了八方喝彩。

这就是说，人可以任意改变自己，包括头发的样式、说话的口音，甚至观念行为等等。但是，人永远无法改变的是自己的口味。可以说，口味是人类最深的癖癖。

“将豨豨者，张帝幕，会平原，酌清醑，剥芳鲜，饮御宴。”这是西晋左思在《蜀都赋》里描绘蜀中饮宴的场面。东晋常璩在《华阳国志》中也称蜀人“尚滋味”“好辛香”。自贡菜的味型不是川菜系中最复杂多样的，除了麻辣，还有鱼香、家常、陈皮、蒜泥、怪味、红油等，但我总觉得自贡菜少了成都菜的深厚与绵长，少了重庆菜的博杂与繁盛，就容易剑走偏锋，犹如着辣椒猛喝烧酒。可是，即便如此，我还是喜欢自贡菜锐意、决绝的品格。我偶尔回到故乡，让那些爬在我肠道里的瘾虫得到满足；无法回去的日子里，故乡的美味就向我发出召唤……

心健康 (17) 本栏目由嘉事馨顺和特约刊出 心衰患者的自我管理

本期嘉宾：四川大学华西医院心内科讲师 陈晓娟

一旦被确诊为心衰，除了遵医嘱规律服药，定期复查外，细致的自我管理对于心脏功能康复，提高生活质量，减少再住院尤为重要。

1. 体重管理：心衰患者应每日晨起排空小便后测量空腹体重，每日进行对比，如果出现体重短期内增长较快，提示体内水分增长过多，应及时就诊，通过良好的自我管理，可以避免水肿加重，及时纠正体内液体滞留，延缓心衰加重。
2. 液体摄入量管理：心衰患者应计量每日液体摄入量，除了每日饮水外，牛奶、饮料、饮食等都需要计量总量，保证每日可测量的液体摄入量总量不超过1500ml是相对安全的，原则上喝水不能豪饮，每次少量分次喝，睡前尽量少喝水。
3. 计量每日小便量：通常心衰稳定的患者尿量应该与入量平衡，心衰患者应准备大量的量杯或尿壶，记录每日小便量，并与摄入量进行比较，保持出入量平衡。
4. 监测血压心率：心衰患者常常服用一些改善心衰的药物对患者血压、心率都有影响，患者应每日早晚定时使用电子血压计测量血压及心率并做好记录，在门诊复查时，这些记录则是医生帮助您调整用药的依据。
5. 尽量避免各种感染，如感冒、腹泻等，在感冒流行的季节减少外出，少去人群密集处，如遇感冒、发热或腹泻及早就诊。
6. 戒烟限酒，适度运动，保持良好的生活习惯。



抗战时期的自贡盐商。



“玉川公祠”始建于清朝咸丰、同治年间，由自流井王三畏堂的王明云创建。

小河帮 川菜

的历史 味蕾 (下)



粉蒸牛肉。



水煮牛肉。



火爆黄喉。



珍贵的退秋鱼。



火边子牛肉。

古有说法，曾称自贡盐场是：“牛头对马岭，不出贵人出盐井”。那么，围绕着千年盐场而摆开的各种筵席，在每年十月初一牛王生日的时候（从初一到初七严禁牛肉汤锅铺的人进门），各路盐商就成了绝对的主角。农历五月廿三日，左上桥的文武庙要举办“单刀会”，用黄牛置办整桌牛肉宴，构成了与水牛肉系列风味相照的又一景。

盐商过生 发展出『特级盐场席』

如果遇到大盐商的生日，那才是盐场的盛大节日。生日有“闲生”和“满十”之分。届时，宴请宾客，接受亲友祝贺，谓之“做生”。“闲生”大都从简，家人团聚。“满十”则十分隆重。当地以不善知宾待客为耻，一般宴席有八大碗、九大碗、十大碗不同的等级。寻常宴席必须有把把肉、炖鸡汤、咸烧白、腊肉、回锅肉、碗子鱼等。高级的宴席自然只有盐商才能享用，后来逐渐发展为“特级盐场席”（传统宴席），不但菜肴繁多上百种，更关键的是千奇百怪，以显主人的豪气，这在后面将要谈到。这样的菜，在20世纪三四十年代，只有像华北食堂等不多的几家餐馆可以从容担任。

这让我联想起台湾已故著名作家高阳的一部饮食文化专著《古今食事》，其中有《河工与盐商》一章，以大量的史料说明淮扬菜的形成与豪奢饮食的密切关系，而在这方面“河工”比盐商的表现更为惊人。书中提到，长驻淮安的河道总督衙门一年有经费白银450万两，最多只需三分之一，其余巨金“挥霍而已”。公开“公款消费”的官府只此一家，决非作为私人的盐商可比。饮食不仅要有钱更要有闲，而河工每年只忙一季。河工一场宴席要三天三夜，食客“从未有能终席者”。由此高阳提出了大命题：“我想，所谓‘满汉全席’，大概是由河工这须三昼夜才能吃完的筵席演变而来。”对照起来，自贡的盐商没有这样的奢华，因为他们往往是贫民出身，从小在血盆里抓饭吃，不可能把自己的血汗钱胡乱挥霍。

决胜江湖 自贡菜靠盐场小吃

说到这里，有人就可能不满足了。想不到韵味深厚的自贡菜，竟然被一个外省客开的华北食堂抢去了名头风光，想来那些本地烹调高手是不大服气的。他们会说，自贡菜不是靠北方味和鱼取胜的，而是靠盐场小吃，靠牛。

自贡人吃牛肉很有一套，便是寻常人家的碎牛肉炒芹菜也有过人之处，加了泡姜泡海椒，香辣异常。北宋以始，盐菜采用是用牛作为牵车动力，故当地时有役牛淘汰，而当地用盐又极为方便，于是盐工们将牛宰杀，取肉切片，放在盐水中加花椒、辣椒煮食，其肉嫩味鲜，因此得以广泛流传，成为民间一道传统名菜。后来，菜馆厨师又对“水煮牛肉”的用料和制法进行改进，成为了流传各地的名菜。水煮牛肉的做法，是先上好豆瓣和辣椒切碎捣至深红，然后加二汤，入料酒酱油烧沸，把切得很薄的牛肉片散入汤中，旺火烧沸后，略加翻搅便马上起锅。盆内用嫩豌豆尖或莴笋叶子垫底，牛肉上面撒一层海椒面，一层花椒面，淋上沸油。上桌时一定吱吱地响，冒着细油沫，那个香啊，不摆了。那些掌勺的师傅经常夸自己的火候——“我的水煮牛肉，起锅的时候还是生的，端上桌子就熟了！”该菜色深味厚，香味浓烈，肉片鲜嫩，突出了麻、辣、烫的典型风味。



更多美食故事，扫码上封面新闻看精彩视频。