

# 宽窄巷

## 身边档案

封面

2019.3.20  
星期三  
爆料热线  
028-86969110

主编 杨利 责编 仲伟 版式 方蕾 校对 廖效焯

### 1 甜是一种权力 乐山菜里欢愉的隐喻

在岷江沿线的河帮菜中,我个人认为最有特色的是乐山菜,相对独立,个性更为鲜明。我跟宋炜探讨过一个问题:乐山的菜跟其他地方的川菜最大的不同在哪里?他说不是在用糖上。这确实让我有些吃惊,但细细想来很有道理,如乐山白宰鸡、甜皮鸭、凉拌白肉等皆用糖,回甜味浓,比其他地方更为明显。川菜麻辣口重,糖有调和的作用,增加了口感的绵厚,但乐山人嗜甜的习惯确实又有些与众不同。

仅仅是口味这么简单吗?当然不是,使用糖还跟一地的经济有关。美国饮食人类学家西敏司写过一本《甜与权力——甜在近代历史上的地位》的书,在内容介绍中有这样一段话:“书中我们看到了糖从一件奢侈品化身为工业化生产之商品的过程……我们也看到了糖是如何经过一个自上而下的复杂文化过程,一步步地嵌入到了日常生活的肌理之中。”那么,这段话带给我们的启发是乐山菜的甜味与其说它是一种独特的风味或偏好,不如说它有隐形的历史地理因素存在,可惜它常常为我们忽略。

乐山是岷江中最为重要的城市之一,也是岷江中、下游的节点,其水陆交通的便利、物产的丰饶、富庶之地。嗜甜的饮食时尚,往往在过去是生活水平的一种反映,糖的贵重跟制糖史有关,中国人对糖的喜爱直到五十年前都可以说是被压抑的,在我们的童年时代,吃糖不易,它代表的不是现实,而是另一个世界。正如西敏司所说的“甜是一种权力”一样,在菜上的温和绵柔气质正体现了某种底蕴,糖是地方经济的反映,又在精神上具有欢愉的隐喻。

甜也让人想起那些风调雨顺、物阜民丰的年代。清光绪十年(1884),刘光第游峨边,他走到乐山城郊时见到的景象是“风近古朴,种桑饲蚕,植树放蜡,务本之图,乡民颇识”,此话可略见嘉州之乡土风貌。其实,乐山地处四川腹地,具有水运的枢纽地位,市廛繁复,是个鱼米之乡。

抗战时期,叶圣陶西迁到乐山教书,他在《嘉泸通信》记录了他的一些日常生活感受:“昨与朋友下馆子,宫保鸡丁,块鱼,鸭掌鸭舌,鸡汤豆腐……味绝佳,在苏州亦吃不到也。”“此间鱼多,不问日购之。八九角可买一鸡,五六角可买一鸭……七八角钱已吃得很好,与在汉口,在重庆,迥然不同。”“此间之饼饵糖食制作精良,云乐山类苏州……”这些生活感受虽然零零碎碎,但从侧面可以看到一地经济状况。叶圣陶作为一个外地人,到一个陌生的地方,刚开始的感受是非常强烈的,对地方饮食的评判也是敏锐的,如他说“此间鱼多”“糖食制作精良”“味道佳”等,恰巧道出了乐山饮食的特点。



乐山白宰鸡。



清蒸江团  
爆炒鳝丝  
藿香鲫鱼  
乐山白宰鸡



汇集众多美食的乐山张公桥美食街。

### 2 糖醋脆皮鱼 饮食自然带码头风格

饮食往往是地理与风土的融汇,这个可以用乐山白宰鸡来谈谈。乐山白宰鸡是乐山菜的代表,到乐山的人不吃回白宰鸡,等于没有去过乐山。乐山白宰鸡汁浓味厚、麻辣鲜香,但它的勾魂之处与糖有关。郭沫若曾回忆:“白切(宰)鸡我觉得以乐山为最好的……乐山的白切(宰)鸡之嫩,汁水之味美,实在是一种奇妙的艺术品。”“雪白的鸡片,鲜红的辣油海椒,浓黑的酱油……这样写着都禁不住垂涎的津津分泌了。”其实,他没有写到最为独特的回甜,没有发现糖的妙用,可能是被“色”给遮蔽了。而宋炜在对乐山菜的理解中,提到了糖同一地饮食的关系:“乐山山水清秀,出产丰裕,老百姓在遵从食材本味的同时讲究在各种调味料的中和,擅于在极为微妙的分量上用糖。”

其实,除了甜是乐山饮食一大特点外,我们还不能忽视岷江对乐山饮食的影响。乐山是个码头城市,码头具有社会学上的多义性,饮食的复杂性可以通过码头来透视。另一方面,码头的性格在饮食中也有反映,如食客流动、食材的丰富、烹饪的包容并蓄等上。所以,码头饮食有“烩”的特点,烩的本义是火中相会的意思,是指饮食的,后来才引申出了江湖之意。2017年夏天,《舌尖上的中国3》的分集导演黄鹤曾经与我交流过乐山饮食文化的的话题,我极力推荐牛华麻辣烫,其实也是我对乐山菜的一个理解,麻辣烫的精髓就是一个字:烩。

饮食文化与地缘文化一脉相承,乐山江河繁华,饮食自然带有码头风格。在过去,乐山下游二十里的五通桥岷江码头有一条好吃街,抗战时期这条街上有个下江人开来了家“试如何”的馆子,做糖醋脆皮鱼,无论是走上水还是行下水的客伙,都是慕名而来尝个鲜,是个有名的水路美食。其实,这个人也是逃难而来,但码头接纳了他,这就是江河的汇聚与包容,让外来的饮食也能落地生根,混杂的饮食血统中往往会产生优良的美食基因。

# 嘉州寻味记

1



前年,诗人宋炜准备在重庆开一家饭馆,取名“下南道”。这个名字的来历是他想把乐山、宜宾一带的饮食风味带到重庆去,那一片地区过去就称为下南道。其实,上、下南道就是个习惯性称呼,就像过去人们说“上成都”“下重庆”一样,应该是循水路来讲的。所谓下南道就是指沿着岷江而下,通往贵州、云南、四川以南的地方。过去,川菜中有河帮菜的说法,指的就是岷江沿线的饮食口味,岷江是川菜的一条美食走廊。

河帮菜又有上河帮菜和下河帮菜两大流派之别,而这样的区分是以岷江的上下游来划分的。一般来说,上河帮菜指的是乐山、成都以上的风味,下河帮菜指的是乐山、宜宾以下,泸州、重庆一带的风味。

口 蔡静染 文图



清蒸江团。



乐山小吃也十分丰富。



乐山烧烤也是一绝。

### 3 藿香鲫鱼 乐山人的头号口嗜

脆皮鱼原本是江浙菜的做法,糖醋味,在过去内地少见,对吃惯了麻辣味的四川人来说,这种甜酸口味有新鲜感,自然是趋之若鹜。其实,乐山一带以传统的家常鱼为主,麻辣味,但乐山人喜用藿香,这又是乐山菜中的一大特点。藿香有独特的芳香味,它在葱、蒜、姜中又增添了馥郁,对祛腥效果好。同时藿香有药性,也开胃。宋炜说藿香叶有异香扑鼻之妙,讳者避之不及,爱者闻风流涎,是乐山人的头号口嗜。确实,藿香真不是人人能吃,更谈不上个个喜欢,但它就是太奇妙了,一进乐山的大小餐馆,好像无处不闻藿香,连夜烧烤中也有藿香排这样的做法,不得不让人称奇。想想也不奇怪,那里的老百姓连在凉拌菜中也爱放藿香,最为家常的就是凉拌白肉、凉拌胡豆,甚至凉拌折耳根也要放藿香。

乐山人为什么如此钟情藿香呢?食材丰富应该是原因之一。藿香喜长在潮湿多水的地方,而乐山一带正是适合生长的地方,房前屋后,小块隙地就可种植,采摘也方便。乐山人在河鲜中最善用藿香,也更能体现藿香的特色,若要数色香味之淋漓,藿香鲫鱼为最。川菜在不断变化,就当下而言,如果要拿一道菜来代表“河帮菜”,我个人认为藿香鲫鱼是最适合的。另外还可一说的是,乐山人做藿香鲫鱼多用泡椒、泡姜,采用软烧方式,即鱼不过油,在起锅前勾芡收汁,这样味道更为鲜香醇厚。

### 4 临江鳝丝 佐以三月的椿芽更绝

说到河鲜,那一天我同宋炜又聊起了过去在乐山吃过的鱼,如爆炒鳝片。过去,乐山乌尤寺一带流行过这道菜,很有特点。主材只用木耳、葱节、姜片,鳝鱼在水里,现吃现做,从水缸里摸出一尾,除骨切片,下锅爆炒,鲜嫩滑口。

乐山人也爱吃鳝鱼,除了传统的炒鳝片、红烧鳝段之外,鳝丝也颇有意思,据说以乐山与峨眉相邻的临江小镇的鳝丝做法最为独特。鳝丝以野生幼鳝为材,春夏正是捕鳝时节,味道最佳;手刮鳝鱼是功夫,取背脊上的两条肉,鳝骨留来油炸,也是一道美味。鳝丝的做法有点像煮鱼,做好后起锅盛盘,用筷沾之,鳝丝如一根根鲜嫩无比的“鱼面条”。宋炜说如果再加佐以三月的椿芽,更是一绝。

在江边喝茶聊天,颇有点“白发渔樵江渚上”的意思,吃鱼的龙门阵还意犹未尽。我曾经在乐山吃到过的一道鱼,那是有一年夏天在朋友家,他亲手烧制的大蒜烧鳝鱼,味道难忘。鳝鱼不易得,只在岷江支流那些偏僻的山涧溪流中才出产,用紫皮独头蒜红烧,用糖勾味,肉质鲜嫩,蒜香浓郁。我吃完这个,宋炜接着讲起了他的家乡沐溪河的“糖汁糟鱼”。他是乐山沐溪人,沐溪河是岷江右岸支流,在西坝镇附近汇入岷江,所谓“糟鱼”就是取沐溪河里的小杂鱼,用高粱土酒和老黄糖精心糟制,再以二荆条或大和豆豉细切调味,香辣回甜。他说,一碟“糖汁糟鱼”,再来点咸芝士,浮生之乐也不过如此……

### 清蒸江团 要用三年以上的云腿

当然,坐在乐山的江边谈鱼,自然不能绕过江团。乐山最独特的鱼是江团,只在那一带盛产。江团在有些地方也叫江鳅:“江鳅,俗作江团,嘉州自峡口下犍为境乃有之,桃涨水出,味美极鲜。”但李劫人先生在《漫谈中国人的食》中说是江豚之讹,也就是说江团应该是江豚。其实它的学名叫长吻鮠,也就是一种长嘴鱼,百科上说它的形状“体长,吻锥形,向前显著地突出。口下位,呈新月形,唇肥厚,眼小”。此鱼无鳞,少细刺,肉丰肥美,过去民间叫“水底羊”,拿羊相比,算是跨界。而陈植棠《江豚鱼》中有“岷江名产有江豚,味美鲜鱼胜熊蹯”句,又把它与熊掌相比,颇为有趣。

清蒸江团乃乐山一道名菜,做法大致是将料酒腌渍入味后洗净,放上火腿、香菇、姜葱,用猪油网包鱼,上灶清蒸,味道非常鲜美。当然,其中火腿的提鲜作用不可小觑,使用的火腿以云腿为佳,三年以上的云腿香甜回口,蒸熟后香气四溢。又说到了甜,只是隐秘的甜是不易被发现的。

如今要吃江团不容易,市场上的基本是人工养殖,野生江团难见。其实,郭沫若在回忆录中就江团“甚名贵”,旧时如此,看来此鱼在珍稀之列。江团一般生活在下游洞穴中,属于丙穴鱼之类,捕江团需识得鱼窝子,还要有种特殊的工具。据说那是一种特制的鱼篓,鱼一钻进去就很难出来。过程是捕鱼之人将篓中放入诱饵,沉入江里深水处,然后回家睡觉,等到半夜三更才摸到江边,将鱼篓提起,往往就有收获。不知如此说是真是假,颇觉神奇,但感觉那是古人才有的生活,我们只有临渊羡鱼的份,却做不到退而结网。

之前说到家乡的那条好吃街,沿岷江而建,临江一边多为吊脚楼。吊脚楼有茶馆、茶馆、饭馆、货铺,非常热闹。那些吊脚楼悬在岩壁上,只用几根木柱支撑,孤零零的,却极具美感。吊脚楼中间隔着一条窄窄的小道下到水边,挑水洗菜就在这里,小船也在江里上下货物。楼上的吃酒喝茶,谈天说地,楼下的江中有几个凫水的孩子,各得其乐。在此间,不知道有没有一个推窗远眺的人在春涨跌宕前若有所思,再鲜活的故事也会陷入虚无,如江水一样隐而不言。

### 心脏健康 (35) 本栏目由嘉事馨顺和特约刊出

#### 心脏瓣膜病怎么治?

华西专家说:大腿上切个小口,就能修好你的心脏!

本期嘉宾:四川大学华西医院心内科主任 陈茂  
四川大学华西医院心内科博士 欧袁伟翔

心脏的4个瓣膜中,主动脉瓣是位于左心室出口的“门”,门面连接了全身最大的血管——主动脉。一旦主动脉瓣这扇大门无法正常打开,心脏泵出的血液就只能从狭窄的通道里挤出去,心肌细胞需要花费较正常工作十几倍的力气,长此以往心脏开始衰竭,全身血液供应也随之不足,引发严重后果。

一、主动脉瓣狭窄的症状  
主动脉瓣狭窄这个病是一个慢慢恶化的疾病,患者起初只是存在患病风险,到瓣膜结构逐渐受损,功能逐渐下降,到最后表现出症状来。出现症状是这个疾病是否应该治疗的绝对分水岭。在出现症状之前,大部分患者可以观察并进行保守治疗,一旦出现以下症状需要尽快就医。

1、乏力、胸闷气短:以前一口气上五楼,现在爬到三楼就气喘吁吁,别简单觉得是年纪大了,可能是心脏功能下降的表现;

2、胸口痛:突然心窝窝痛得不行,这说明心脏的功能进一步下降了;

3、晕厥:两眼一黑突然不省人事,是心脏功能极度下降,大脑供血不足的表现。

一开始出现症状,千万别以为是年纪大了休息休息就好!华西专家告诉你,出现了明显症状不进行治疗的患者,五年生存率仅有3%! (待续)



下载封面新闻APP  
浏览最新资讯