

无锡饮食：嚼秋(下)

| 都大明 文 |

秋风起兮山珍来

白露过后,秋风渐劲,一场秋雨,雁来蕈也悄然现身了。

雁来蕈,一种菌类,因其需要马尾松形成菌根,故多长于松林之间,所以又名松乳菇、松菌,其生长条件十分苛刻,环境要阴凉干净,土要松软,还要有厚厚的松针堆积,所以地处江南丘陵地带的宜兴地区成为雁来蕈的产地。雁来蕈之所以叫这个名字,是因为它出现的时节,每到春秋两季,在江南丘陵地带松林丛里就会出现雁来蕈的身影,农历二月飞燕营巢时所采的名为“燕来蕈”,秋天大雁南飞时节采摘的称作“雁来蕈”。此物以寒露时节松花落地时所生为最佳。

雁来蕈呈深褐色,亭亭如伞盖,鲜香味美,被誉为“厨中之珍”,其中又以个小、伞面而厚、柄短者为上品。雁来蕈的食用历史悠久,南宋杨万里的《蕈子》诗“土膏松暖都渗入,蒸出蕈花团戢戢……色如鹅掌味如蜜,滑似蕈丝无点涩”,描写的就是雁来蕈。当年东坡居士谪居阳羡蜀山时,就曾“嗜食”雁来蕈。

4年前,央视农业专题曾两次来宜兴拍摄雁来蕈,均不顺利,难以寻觅。倒是数周前,我偶寓铜官山子瞻谷,见识了新鲜的雁来蕈,菇圆肉厚,质嫩味鲜,香气浓郁,十分爽口,咀嚼时略有可口舒适的辣味。那天和着当地张公豆腐一起烧,让我品尝了一款地方名菜:张公豆腐雁来蕈。也可与鸡、肉等薄片,用急火煸炒,色、香、味俱上乘;如用小开洋、嫩干丝,将鲜蕈切丝清蒸,滴上香油少许,为佐酒佳肴。雁来蕈不但能做菜,宜兴人还喜欢把雁来蕈熬制成蕈油,进山采摘新鲜的蕈子回家之后用清水洗净,然后用淡盐水浸泡去除杂质,待沥干放入油锅煸炒,蕈扁下去,汁水透出时,少量生抽提味,老抽着色,文火熬上十几分钟,汁水浓稠,蕈油就可以出锅了,一般可以吃上一两个星期,无论是炒菜、做汤还是煮面,滴入少许蕈油,其味格外鲜美清香。

板栗也是宜兴山珍之一。宜兴板栗果大而丰满,色艳而明亮,质糯而香甜,可与北方“良乡栗子”媲美。宜兴板栗一般取果肉整用,可炒可烘,可煮可煨,香糯适口。宜兴板栗特别适合入菜,板栗烧鸡是最好的代表,红烧鸡中加入板栗,板栗提香,鸡汁渗入板栗,两者相得益彰,鸡肉鲜滑,板栗香甜,汁浓醇厚,食之箸不能停。宜兴还有一道名菜叫做“汽锅大栗排骨”,用宜兴特产的陶瓷汽锅,将排骨和大栗放入锅中,蒸熟后香气袭人,吃起来酥香可口。

旧时惠山娘娘堂处栗子树与桂花树杂植,中秋时节,桂花盛开,桂催栗熟,栗染桂香,形成了无锡惠山特有的“桂花栗”,既甜又粘,吃时又有一股桂花香味,深受人们喜爱,无锡名小吃“桂花栗子羹”,就是将桂花栗为原料的,去壳去衣之后上笼蒸熟,再在炒锅内放清水加糖煮开,再



撇去浮沫,倒入栗子,烧至栗子浮起即可食用,十分香甜可口。只是如今“桂花栗子羹”虽在,惠山的桂花栗子树却已没有了,“桂花栗子羹”出锅之时也只能放些桂花来聊以慰藉了。

现在街头巷尾最常见的大约是糖炒栗子了,暮色苍茫之时,你若走上街头,长街深巷便会飘来一阵阵糖炒栗子的香味,那是秋天的味道。

宜兴百合,太湖之参。明代农书《花蔬》中记载,百合宜兴最多,人取之根馈食。宜兴溆区,土地肥沃,所产百合,质量上乘,是我国三大食用百合中唯一具有滋补药疗作用的品种,因而赢得“太湖之参”的美称。

老百姓视宜兴百合为补品,多用于制作甜汤、甜菜。用百合、糯米、赤豆、冰糖等熬煮的百合粥,甜而不腻,稠而不粘;用百合、绿豆烧成的百合绿豆汤,绿白相间,清凉爽口。婚宴上常用百合、莲心做成甜汤,喻为“百年好合”。近年蒸百合颇受欢迎,还有用百合心叶及花蕾制成的“宜兴百合茶”,也不失为一种理想的健康饮品。

宜兴百合吃到嘴里苦味略重,细细品来,则苦味变甜,甜而生津,大有苦尽甘来之意。

草木黄落兮雁南归。惠山寺门口那棵600多年的古银杏也到了一年中最美的季节,黄叶纷飞别是一景。银杏不仅叶美,果实也深受欢迎,无锡人称其为“白果”。白果的吃法很多,惟不能生吃,周作人《吃白果》这样写道:“它的吃法我只知道有两种。其一是炒,街上有人挑担支锅,叫道‘现炒白果儿’,小儿买吃,一文钱几颗,现买现炒。其二是煮,大抵只在过年的时候,照例煮藕脯,用藕切块,加红糖煮,附添白果红枣,是小时候所最期待的一种过年食品。此外似乎没有什么用处了,古医书云,

白果食满千颗杀人,其实这种警告是多馀的,因为谁也吃不到一百颗,无论是炒了或煮了来吃。”白果味苦,可入药,熟食能温肺益气、定喘嗽、缩小便、止白浊,生食能降痰,还有消毒、杀虫的功效,捣烂后外敷,可治多种皮肤病。

无锡地处天目山北端,山丘间还有一种野珍,有藏在无锡雪浪乡间,估计很多无锡本地人都不一定知道,它就是栲栳果,栲栳果是老无锡人对橡树果实的说法。栲栳树,橡树的一种,生长于滨湖区雪浪山、马山一带,崋崋山特别多,品种全,栲栳果外形和栗子相似,个头比栗子要小,壳是硬的,据当地人说有三个品种,尖嘴栲栳、大栲栳、“小佛佛”,每年十月开始,上山捡栲栳是雪浪山下妇女的一大乐趣。

栲栳果淀粉含量比较高,摘来的果子洗净去皮,磨成粉,用它来制成粉皮,一斤粉大约能做成七八张粉皮,做出来的粉皮色如桂圆,细腻有弹性,有光泽,栲栳粉皮很有韧劲,搭配自己腌的“水腌菜”,又鲜又嫩,起油锅,先炒“水腌菜”,再放栲栳粉皮,待粉皮软后再淋点鲜酱油即可出锅,吃上去很有嚼劲,味道不要太灵哦;大蒜炒栲栳粉皮也很下饭。吃栲栳粉皮尝到的是最原始、最古老的山野滋味。

菊黄蟹肥金秋醉

“秋风起,蟹脚痒;菊花开,闻蟹来”,菊香蟹肥,一年中吃太湖蟹最好的时节来临了。太湖烟波浩渺,自然条件得天独厚,蟹肉最为鲜美。每年放养的几十万枚蟹苗,这时全部腿硬脚痒向四面的河床爬去,一到夜晚,湖边河口的簰上桅灯闪亮,簰层上不时就有太湖大闸蟹爬上来,只要在桅灯旁捡起就是了。捉蟹则用蟹簰:渔民在夜间于簰边烧火,附近水中螃蟹见到火光便向亮处前行,钻进簰里,即可捕获。因为河口往往有闸门合闸,大闸蟹的名字也由此而来。《吴郡岁华纪丽》卷十记载:“蟹凡数种,出太湖者,大而色黄,壳软,曰湖蟹,冬日益肥美,谓之十月雄。”太湖蟹体形大,青背白肚,黄毛金钩,肉质鲜嫩,黄多脂肥,与大名鼎鼎的阳澄湖大闸蟹相比也毫不逊色。无锡老话叫“九月团脐十月尖”,说的就是九月寒露以后要吃雌蟹,十月立冬左右要选雄蟹,太湖蟹大的可达半斤一只,雄者膏多,雌者黄实,肉头也特别结实,正所谓“螯封嫩玉双双满,壳凸红脂块块香”。太湖蟹若能得重七八两,雌雄各一只,称为对蟹,实为上等佳品。

秋天是吃蟹最好的季节,“蟹立冬,影无踪”,一过立冬蟹就很少,旧时人家为能在寒冬至春天吃到蟹,通常需要在冬至前把蟹放入甕中,再放些稻草根,然后将甕口封住,待春节前后再将蟹取出,蟹还照样活着,但吃口终究不如秋天蟹那样黄满膏肥了。

《云林堂饮食制度集》中记载了大闸蟹的做法及吃法:“用生姜、紫苏、桂皮(橘皮)、盐同煮。才火(大)沸透便翻,再一大沸透便啖。凡煮蟹,旋煮旋啖则佳,以一人之率,只可煮二只,啖已再煮。”今天看来依然是非常经典的做法。

蒸蟹在江南地区也是常见的做法。蒸蟹火候掌握很重要,时间短了蟹黄蟹膏未凝固;时间长了,蟹肉变硬,不柔嫩,吃起来没有甜美之感。其实,蒸大闸蟹还是有些窍门的,首先将蒸锅内的水烧开,再将捆扎好的大闸蟹身子朝上,背朝下,这是为了不让蟹黄膏漫出来。再将生姜切成一片放在蟹身上去腥味。中火蒸上十八分钟左右,蟹身变红,香味溢出即可。

吃蟹要趁热吃,不然冷了就有腥味了。吃的时候,准备一碗姜丝加醋少许糖的调料放半个小时,让姜的味道充分溶解到醋里面,为什么要这样做呢?因为,大闸蟹寒性太重,生姜恰好是驱寒的,所以,姜的味道一定要泡出来,这样就不怕大闸蟹的寒性太重伤身了。

丰子恺在《忆儿时》中写道:“吃蟹是风雅的事,吃法也要内行才懂得……先折蟹脚,后开蟹斗……脚上的拳头(即关节)里的肉怎样可以吃干净,脐里的肉怎样可以剔出……脚爪可以当作剔肉的针……蟹整个的骨头可以拼成一只很好看的蝴蝶……”

除了蒸蟹之外,无锡传统名菜炒虾蟹、灌蟹虾球也应季而来,滋味正好。最好的当然就是炒蟹腩油,深秋的炒蟹腩油,是无锡百年的招牌菜。那红润、油亮、肥腴的蟹之精华,储满了金秋的色彩和韵律,这是秋天给水乡泽国的馈赠……可以说,炒蟹腩油是无锡菜中的极品,首先是原料,蟹的膏脂在金秋十月最为饱满而恰到好处,在烹调上,稍加酱油,呈象牙色,咸中略带微甜,属于典型的无锡口味。此菜的鲜甜、柔润、肥腴,可称绝版,真是无与伦比。

此外,做成醉蟹那又是别有风味,前年还被评选为江苏地标菜,当然实至名归,早在670多年前江南唯一的元末明初饮食典籍《云林堂饮食制度集》中就有专门记述。还有一款赛蟹粉,这里面不是蟹肉,但是胜似蟹肉,更是别具韵味。

不得不提的还有无锡有名的点心蟹粉小笼馒头,蟹粉必须当天剥当天用完,其他季节不供应,那都是秋天的美味。