

太湖珍馐水八仙

| 都大明 文 |



无锡的金秋是典型的江南收获季节,除了水芹和慈姑要晚至初冬成熟,水八仙中鸡头米(芡实)、茭白、莲藕、莼菜、馄饨菱、荸荠六样先后到了收获的季节。

谢埭荡芡实火了

今年无锡谢埭荡的芡实出得尤其早,大暑这天就开采了,8月1日央视《山水间的家》摄制组专题拍摄,这一下把无锡芡实捧红了,“最美乡村”谢埭荡三面环水,水面69%,称得上稀缺的江南水乡环境,如今建有苏南最大的500亩芡实基地,芡实成熟早,且成规模,不经意首次成为苏南芡实的代表。

芡实俗称鸡头米,夏种秋熟,并非江南所特有,南起东南亚北至北大荒的沼泽、湖泊都能见到它的身影。我国食用芡实已有五千多年历史,江苏海安青墩新石器时代遗址中曾出土过大量芡实种子。芡实有南北芡之分,无论个头、产量还是口感,南芡都远胜一筹。

北芡偏梗,口感略糙,晒干后的干芡实,含有丰富淀粉,烹饪时加入适量水淀粉,稀薄的汤汁瞬间就会变成浓稠的酱汁,“勾芡”一词最早很可能由此演化而来。

南芡颗粒浑圆饱满,外观莹润柔香,入口香甜弹糯。一到秋季,鸡头米便用它恬静悠远的气质丰富着江南深秋的味蕾。“三伏池塘沸,鸡头美可烹,香囊连锦破,玉指剥珠明”,宋代陶弼一首《鸡头》,把夏末满塘的果实和光洁如玉的鸡头米描绘得很是生动形象。

南芡常称苏芡,百余年间,名声最响亮的要数“南荡鸡头”,即苏州黄天荡一带的鸡头米。新鲜的芡实水灵娇嫩,上岸后24小时内就要剥制加工好。入秋后由黄天荡周边至十几里之外的葑门外,路边就是芡农剥皮的舞台。

自康熙《无锡县志》始,历代《无锡县志》及《金匱县志》均记有“芡俗名鸡头,出鵝湖华氏祖塋之旁。产不及百亩,秋风乍起,香苞玉绽,万颗匀园,使人忘饱。居民多取吴中所出杂以入市或临视采之辄先置根下,亦罕真者。”可见300多年前,最佳的鸡头米是在无锡鵝湖,只是不及百亩,以致吴中苏芡来冒牌,如此看来与鵝湖近在咫尺的谢埭荡鸡头米一举成名也在情理之中,有点“王者归来”实至名归的味道。

作为“水八仙”头牌,鸡头米一直是江南人餐桌上的“心头好”。最经典的吃法就是做汤羹,甜汤能更好带出鸡头米的软糯,等锅中水微沸,放入现剥的鸡头米,待到水再次沸腾即可起锅,短短几十秒足以唤起鸡头米弹糯的口感。

浑圆饱满的外形,温润如玉的质感,清新可人的黏糯滋味,又透出一丝弹牙,这些的特性在一颗小小的鸡头米上得到了完美平衡。鸡头米的香气并不馥郁,恬淡幽静而让人印象深刻,黏糯似耳边萦绕的吴依软语,仿佛一缕飘散的江南朦胧烟雨。

鸡头米也适合做菜,与虾仁、藕丁、荸荠丁同炒,调味只是一小撮盐,无论色相还是风味,清新至极,嫩香不失鲜脆感。

首屈一指数茭白

无锡地产水八仙,茭白无疑排第一。茭白栽培集中于太湖流域,这儿是茭白的原生地,太湖水质肥,淤泥深,茭白长得肥大白嫩。《晋书》中记载:“四面湖泽,皆是菰葑。”茭白逐渐成为江南特产蔬菜与莼菜、鲈鱼并称江南三珍。许景迂的《茭白》诗云:“翠叶森森剑有棱,柔条忪甚比较冰。江湖若借秋风便,好与莼鲈伴季鹰。”典故中提到的菰菜就是茭白,张翰因思念家乡的茭白莼鲈,辞官归乡。

无锡是茭白之乡,无锡北郊的茭农把位于梨花庄寺庙中的猛将神奉为分管茭白的神,称之为“贤圣殿茭白老爷”,每逢农历五月十日,茭农在庙里演戏酬神。现在每年农历三月二十八“老八谢”庙会,十殿老爷巡游,其中有一殿老爷就是“贤圣殿茭白老爷”。无锡所产茭白肉质细糯白嫩纤维少,无腻滞浓浊之感,鲜中带甜,无论蒸、炒、炖、烹、拌等,都是又嫩又糯又香。虾仔茭白是颇有特色的时令冷拌菜,也可做成葱油茭白、干烧茭白、香糟茭白等,还可搭配各种荤素原料,如茭白肉丝、茭白毛豆子、咸菜茭白等,清新淡雅,颇有水乡风味。茭白还可与肉糜拌制成馅料,用来做馄饨、馒头、水饺等,风味皆佳。《云林堂饮食制度集》中就有“茭白馄饨”的记载。

无锡茭白在市场上深受欢迎,形成“广益茭”和“刘潭茭”两大品种,1958年被上海引进,作为上海菜篮子工程为城市服务的重要举措,试栽于青浦练塘公社。2008年10月,“练塘茭白”成为地标农产品,至2011年,练塘镇茭白常年种植面积3万亩次,达练塘全镇80%以上,从业茭农超过1.5万人,占全镇人口的27%以上,年产优质茭白8万余吨,年产值近2亿元,占全镇农业总产值的70%,成为华东地区种植茭白面积最大、产量最多的乡镇。可谓“小上海”开花,大上海结果。

水八仙中莼菜与茭白齐名,从明末开始人工栽培。《苏州府志》载:“茭向出三泖,今出太湖中西山之消夏湾,东山之南湖滨,东山尤盛。”杭州的西湖莼菜是上世纪六十年代中期从太湖移植过去的,成了杭州著名特产。莼菜嫩叶呈椭圆形、深绿色,嫩茎,嫩芽,卷叶背

面和茎蔓周围都分泌出一种白色透明类似琼脂的胶状黏液,含有丰富的蛋白质、葡萄糖,营养特别丰富。莼菜本身没有味道,胜在口感圆融、鲜美滑嫩,为珍贵蔬菜之一,《齐民要术》就有“诸菜之中,莼为第一”的记载。

无锡唯独莼菜没有种植,也几乎找不到种植的记载,然制作莼菜菜肴却颇为得心应手。莼菜鲈鱼丝、莼菜银鱼羹均清香滑嫩,鲜味独特,别具风味。特别是莼菜羹,食时润滑而不腻,鲜嫩异常,莼菜在汤羹中独有的飘逸动感绝无仅有。

最难忘的馄饨菱

“陂塘鲜品,秋来首数及菱。”文震亨《长物志》卷十一称菱“有青红二种,红者最早,名水红菱,稍迟而大者,曰雁来红;青者曰莺哥青,青而大者,曰馄饨菱,味最胜”。虽说这些品种“皆秋来美味”,但挑剔的无锡人却不是样样都喜欢吃,唯有“味最胜”的馄饨菱,才是无锡人秋日里真正的最爱。

无锡河网密布,水肥土沃,孙巷上、蠡湖及马山、江阴青阳等地均种植四角菱。四角菱生吃水甜,熟吃甜糯,吃口最好的就是孙巷上的四角菱,肉糯味甜,壳薄个大,这享誉百年的特产有“馄饨菱之最”的美名,只可惜种植水面只有数十亩,产量极少,于是蠡湖的四角菱实际上成了无锡馄饨菱的当然代表,生产区就在大渲、小渲湖滨的千亩大菱塘,即今渤公岛周边。菱塘在内、中、外三条芦苇塘护卫中,任凭风雨打都不怕。

最叫人留恋的还是采菱的日子,初秋时节,湖面上一片欢乐的采菱场景,采菱坐的是菱桶,有点像放大的长浴盆,不过桶板特高,可以多装菱。采菱人取一根长竹竿当竹篙,就像驾着一只小船向菱塘撑去。采菱时,人坐在菱桶里的小矮凳上,有时忙里偷闲在菱棵上抓几只小虾作鱼饵,沿菱桶放下一只铜排钩,一桶菱采下来,说不准会有十来条湖汊鱼上钩。

自古就有“秋藕最美一身宝”的说法,荷花“出污泥而不染”,视为洁身的象征。荷花结果后就是莲蓬,其子莲心,是名贵的滋补品,而荷叶则是很多无锡名菜诸如荷叶粉蒸肉、莲荷童子鸡等必配的辅料。新藕洁白如雪,质脆、味甜,既可作水果或凉拌菜生食,又可经炒、煮、蒸、煨等,做成各种佳肴,还可加工成藕粉、蜜饯等供人们食用。在进行莲藕加工时,可根据其综合利用价值,使莲子、藕、叶、茎、藕节都能得到充分利用。

670年前的《云林堂饮食制度集》中熟灌藕,用好的真粉加入少量的蜂蜜灌进藕孔之中。从藕大的一头灌进去,然后用油纸将藕孔扎紧后下锅煮,等到煮熟了。切成片,趁热将它吃掉。与现今的糖藕何其相似耳。

有滋有味水八仙

“秋食水八仙,赛过小神仙”,南方水资源丰富,孕育了水八仙。

锡邑县志自明弘治至万历年间就载有“芡、藕、菱、茭、芹、荸荠、茨菇、芋头等水生特产”。

太湖水八仙中的慈姑、荸荠因多栽种水田烂泥中,常与席草并称为“烂田三宝”。荸荠又名马蹄地栗,可生食、熟食,做菜或者榨汁也可以吃。煮熟以后松软黏稠,略带甜味儿,也可以剥了皮然后炒着吃。

水八仙大部分都在秋季上市,唯有秋末慈姑冬芹菜上市晚。这些时令蔬菜水分充足,味道鲜美,营养价值高,历来深受喜爱,如今多数却已渐少见,有说:吃过四种以上的已是少数。如此我们无锡人应该是幸运的,大多吃过六七种吧。

当然,太湖水中珍蔬何止八仙,马山和宜兴渎上芋头、具区芦笋也都是上等食材。由于无锡太湖水域几乎没有莼菜,故水八仙往往将芋艿作为水八仙。

“马山芋头大如盂,肌理细腻风味殊。”其品质因软糯细腻、香甜适口而享有盛名。确实,无锡历代县志中多有间江口芋头大且香之载,古时马山不隶属无锡,而交通多经间江口,县志所载应就是马山芋头。

马山芋头煨、烧、煮、蒸均可,甜咸皆宜,黏香爽口,既能入荤又能入素,雅俗共赏。最常见的吃法是把芋头洗净,带皮煮熟或蒸熟后蘸糖吃,俗称吃“毛芋头”。糖芋头则是无锡传统名点,芋艿酥烂、色泽鲜红,甜汤鲜洁、香味四溢。桂花糖芋头几乎是中秋时节家家户户早上必备的应时小吃。另外,宜兴的渎上芋头也是佳品,近年丁蜀镇湖边恢复种植芋头数百亩,渎上芋头与百合、乌米、板栗同为宜兴著名土特产。

无锡滨湖地势偏低、湖田多,特定的自然条件赋予了其种植水生蔬果的优势。从小箕山、西湾到大小渲、十八湾直至马山、宜兴溇湖、东沈西沈,芦花白,稻谷香,岸柳成行,菱藕成片。白白净净的水八仙,尝起来脆生生、甜津津,水灵清爽,味道这边独好,是傍水而居的无锡人的福气。锦园和管社山庄连片的莲藕,与对岸鼋头渚充山的荷塘隔水相映,五里翠湖半是荷,蔚为壮观。那些靠着“水八仙”生活的农民,住在自家的小楼里,过得有滋有味。对他们来说,土地已不是生活来源的唯一,但水田却是他们赖以生产生存生活的根本。他们可以把其他事忘记,却不会忘记收了一茬鸡头米、“莲藕”之后,下一拨再种水芹。

水八仙作为江南地标植物,是太湖生态的标志,精耕农业生产的智慧结晶,甚至曾是灾荒时的生存依赖,现今已然成为江南人生命的有机构成,江南诗意生活必不可少的代表。