想起益民厂个西瓜肉

◆ 金洪远

老里八早

小辰光住勒虹口香烟桥路附近个弄堂里,离得勿远就是老底子个益民食品厂。当年对于住勒附近个人来讲,大热天防暑降温首先想到个是啥物事呢?老邻居侪会脱口而出:西瓜肉。也许有年轻读者会搞勿清爽,西瓜么西瓜了,哪能弄出来个“西瓜肉”啦。因为当时益民食品厂捺瓜皮做成西瓜酱,西瓜瓤就勒了门市部出售。因为买回来个西瓜呒没皮个,阿拉就叫伊西瓜肉。附近居民“近水楼台先得月”,五角洋钿好买回来一镬子,价钿是绝对亲民。

记得当年西瓜肉分为两种,红瓤个是“解放瓜”,黄瓤个是“平湖瓜”。每逢有西瓜肉出售,消息灵通人士一放出风声,阿拉弄堂里个小八腊子就为东家喊西家,一道捺仔镬子,沿牢沙泾港路赶到益民厂门市部排队。大热天,太阳捺地面晒得滚滚烫,呒没一歇歇功夫,阿拉搿点小八腊子就满头大汗了。不过,想到乘风凉辰光有西瓜肉吃,侬一调羹,我一调羹,唉呀想想也甜味味嗰。

买回来个西瓜肉最好冰一冰,冰好个西瓜肉阴笃笃甜津津,吃一口消暑降温。可惜当年呒没家用冰箱,平常能够看到个冷冻设备,就是食品商店里卖冷饮个冰柜。但是搿种冰柜侪是0摄氏度以下个温度,相当于家用冰箱个冷冻室,勿适合冰西瓜肉。

幸好当年阿拉弄堂里有一口井,用过井水个人侪晓得,井水个温度一般勒了10度左右,勒了辣豁豁个大热天里,搿口井也就成了左邻右舍共用个“土冰箱”。大家轮流捺需要冷藏个物事摆勒了水桶里,放到井里,让井水没过水桶。也有人等勿急,索性吊几桶井水上来,勒了自家屋里降温。

到了夜里向,前楼个爷叔搭仔亭子间个阿姨侪来晒台浪乘风凉,竹躺椅、小台子、茶壶、茶杯,用井水降过温个西瓜肉隆重登场,大家一道分享,茄茄山河,其乐融融。

记得当年爷叔一边摇蒲扇一边讲,益民食品厂捺西瓜肉挖出来卖拨阿拉,主要是捺西瓜皮做成勿同风味个西瓜酱,厚一点个瓜皮还可以做成西瓜条,侪是出口商品噢。特别是加了桂花、玫瑰等香料个西瓜酱,勒了国外是斜气受欢迎。当时阿拉搿点小朋友听辣海,心里向偷偷勒了笑:老外拎勿清,西瓜肉勿吃,吃西瓜皮,戇大!

听钱程沪语朗读
微信扫码看视频

做一碗桂花糖芋艿

◆ 沈一珠

灶披间

今朝秋分。秋分是廿四节气里第十六个节气,也是秋季第四个节气。

董仲舒《春秋繁露》里讲,“秋分者,阴阳相半也。故昼夜均而寒暑平。”意思是其一,秋分搿天,日夜各半,平分;其二,从立秋到霜降,整个秋日90天,又以搿天为界,前一半结束,后一半开始。

从前还乱写过一段文字:有意思个是,总归有一半人勿欢喜秋天,因为秋天落叶纷纷,冷雨沥沥,还有寒蝉凄切;所以就有了柳永,有了“多情伤离别,更那堪,冷落清秋节”。当然,也总归有一半人欢喜秋天,秋天有红叶、有飞花,更何况还有一树一树嗰勿冷勿肯香个桂花,于是还有了桂花酒、桂花糕、桂花糖藕……惹得人,就想孵勒有桂花味道个秋天里,勿离勿弃。

所以,就有人生出秋分个哲学概念,一半一半个思想方式。其实迭个思想古以有之:杭州灵隐寺里就有迭能一副对联:人生哪能多如意,万事只求半称心。

迭能多想想,过日脚也就心平气和。

好味知时节,搿就勿好辜负应时而来个桂花了,而且秋分之前,受暑热余气影响,一般感觉温燥;秋分以后,气温下降,寒凉气息加重,凉燥增多,葛末做一份润口润心个桂花糖芋艿。

材料:红梗小芋艿半斤左右,红糖、干桂花各少许。

做法:先拿芋艿汰清爽,蒸熟,去皮;再拿芋艿加入冷水适量,大火烧开,加红糖小火焐软烂;最后盛出来,撒点桂花就好吃了。光洁个小芋艿口感润滑爽口、香甜酥软,汤汁清亮,散发浓郁个桂花香,吃一口,唇齿留香。

安定安逸是“安耽”

◆ 叶世荪

沪语趣谈

上海话中有些词语看似渐行渐远,有时却会依旧清晰地萦绕耳旁,就像不经意间突然遇见的老友故旧。地铁上偶尔听到一老者电话嘱咐:“虽然长远勿见,我一直望倷侪安耽!”这“安耽”(ān dān)一词便即刻撞入眼帘。

“安耽”在上海话中的基本含义是安逸、安稳,和古人对该词的用法雷同。清代《补正俗字编》:“佚曰安耽”;古代“佚”通“逸”,就是安逸的意思。明代《韩湘子全传》:“前面林子中间有一股烟气冲起,恰像有一村人家一般,我们赶快前去讨一夜安耽,明日又好走路”;这明显是安稳睡一觉的意思。有时上海人说“安耽”也表示安定、平静。越剧《一日千里》:“人家说我怕老婆,其实我是为了图安耽”;说的是希图平静。宋代皇帝祭天地、祖先时用的郊庙朝会歌辞中也有“安耽”的提法:“大安耽耽,兴庆崇崇;维皇之尊,与天比隆。”照理说,新朝建立须用重撰的新乐新辞,即所谓“乐章固当易以新词,式遵旧典”,但这首歌辞基本来自前代诗人,仅略微更改了几个字;足见对安定、和睦、“大安耽耽”的追求,不以朝代更迭而变化。耳字旁的“耽”本就有欢乐、祥和的意思。《诗·常棣》:“兄弟既翕,和乐且耽”;“安耽”只是用复合词的形式,加强了安逸、安稳的语义。

“安耽”在其基本含义之外,有时联系上下文的语境也会出现新的衍生。譬如清代《荡寇志》里,徐槐吩咐李宗汤派出疑兵:“这是安耽的差事,留与他们疲乏的做罢。”“安耽”就解释为轻松、稳妥、安全。如果出现在祈使句里,则多释为安分、规矩、消停。“侬搭我安耽点!”意为“你给我规矩一点,别给我招惹事端”。还有说“勿安耽”“呒没安耽”,以否定形式出现时,也多表示不安分、不消停或尚未安稳落定。熟语“一颗牙齿痛,满口勿安耽”就是这个意思。此外,“安耽”也可用叠字表达:“侬最好安安耽耽蹲了屋里”,意即让你安静呆在家里。

古汉语中另有一个和“安耽”音义相近的词:“安堵”。《史记·高祖本纪》说:“上入关,约法三章,吏民皆安堵如故,民争献牛酒”;《三国演义·一百二十回》说:“次日,杜预亦至,大犒三军,开仓赈济吴民,吴民安堵”。“安耽、安堵”是否同源待考,但上海等地方言中还在使用的“安耽”,让这个词语依然保持着生命力。

油葫芦

◆ 杨建明

沪语童谣

小小油葫芦,
秋天唱山歌。
迸勒角落里,
墙缝当中匐。
夜里拉高音,
通宵勿撒度。

日里哼小调,
朋友茄山河。
声声咕噜噜,
勒拉打招呼。
气候天天凉,
大家添衣裤。

关于养生个事体

◆ 赵妃蓉

茄山河

关于养生个话题是现在所有年龄段个人侪关心个事体。前一段辰光,年轻人自家到药房配酸梅汤,搿种事体也可以冲上热搜,现在天冷了,各种中药配方个茶饮也供不应求了。实际浪向,养生迭桩事体老底子大家也是关心嗰。比如我小辰光呒没电饭煲,外婆烧饭个辰光总归会守辣煤气灶旁边,米汤烧开就拿起锅盖,辣锅盖搭仔锅子当中放一根筷子,防止米汤潽出来,水头收了一点以后,外婆就会用汤勺拿最上头个一层米油畀我吃。长大了才晓得,米油里有交关大米个营养,外婆是用最朴素个方式捺最有营养个物事畀我吃了,但是小辰光只晓得米油清香醇厚,每趟从外婆手里接过碗,凉一凉,我就迫不及待吃光了,从来呒没问过外婆要勿要也吃一口?

老底子当冬天来了以后,只要阳光普照,外婆就一定会搬一只小矮凳到弄堂口晒太阳,顺便再晒晒被头,外婆讲晒得暖烘烘就勿会怕冷,勿怕冷么身体抵抗力就增加了呀。长大了才晓得晒太阳可以补钙。

小辰光经常看到隔壁邻居个女儿帮伊姆妈敲背,我觉得好白相,也会上去攥紧小拳头敲一敲,后来才晓得敲背个作用就和现在流行个捏脊老像嗰,多敲敲背可以让背部肌肉松解,让背后个血脉保持畅通,对身体有好处。

小辰光大人做个交关事体实际浪向侪和养生搭界,比如端午节快来个辰光,到中药房买点藿香、菖蒲、艾叶、薄荷,用棉布包成小粽子个样子,又应景又有驱蚊避虫个作用;到了夏天姆妈总归会辣下班个辰光带一瓶绿豆薏仁汤回来,又好吃又可以祛除暑热……

对于养生迭桩事体,从古到今侪讲求身心同调,我觉得小辰光辣精神层面最好个养生就是邻里之间生活浪向互相照顾,从帮邻居收衣裳到借煤炉个炉火热饭,再到双职工个子女放学以后先到邻居屋里做功课……迭些虽然看上去侪是生活个细枝末节,但是辣呒没手机个年代,搿个就是连接人与人之间关系个情感纽带,是让人现在回想起来依然怀念个温情岁月。

“秋冻”也要有讲究

◆ 顾家德

俗话讲:“春捂秋冻。”勿少人以为秋天冻冻更健康,其实“秋冻”是有讲究嗰。我是一个八旬老人,对“秋冻”总结出一些做法。

第一,勿是所有人侪适合“秋冻”。身强力壮个人可以适当“秋冻”,但体弱个人搭仔老年人就需要阶梯式添衣保暖,营造舒适“小气候”。事实浪,秋风吹,天转寒,血管会收缩,有医院统计,每年秋凉,心脑血管毛病会增加三成。

第二,有基础病个老年人特别需要注意保暖,贸然“秋冻”会加重病情。户外活动也要尽量避免勒早夜低温个辰光进行。

第三,老年人头颈部受冷会影响脑部供血,因此一入秋我就戴好帽子,随气温下降,从单帽换成棉帽,再用高领衣裳、围巾保护颈部。另外,肩关节、膝关节、脚部受冻可能会引起关节炎,所以有“白露身勿露,寒露脚勿露”个古训。

呱呱叫个“农家乐”

◆ 钱红春

“五一黄金周”刚过了,有退休老同事邀请我搭老伴一道去苏州西山“农家乐”白相。

西山离苏州有四十几公里,面积大约82平方公里,是太湖当中顶大个岛屿。

搿天一早,阿拉十几个人分乘三部轿车,一个多钟头就到连接西山个太湖大桥。桥两边个湖面波光粼粼,湖光山色就像一幅多彩个油画,斜气好看。

“农家乐”个老板娘姓蔡,四十几岁,能说会道,腰浪围一块深色饭单,熟悉伊个老同事侪喊伊“阿庆嫂”。阿拉一上岛,老板娘就勿停打手机,问阿拉到啥地方了,怕中饭烧早了会冷脱。

“阿庆嫂”经营“农家乐”十多年了,自家有一幢四层楼房,底层是餐厅搭厨房,楼浪侪是客房。客房配置搭宾馆差勿多,比较宽敞。大家一到,老板娘就拿钥匙插辣门锁浪,用勿着安排就各自进房间。中饭交关丰盛,冷盆热炒总共有十六只菜。

吃好中饭休息一歇,大家就到附近一个叫“明月湾”个公园白相。老张拿出四轴无人机,准备寻一块空地放飞。搿是伊三年前花好几千块买嗰,现在出门旅游,伊侪要航拍,制作成影片,放到屋里个电视机浪笃笃定定看。搿天伊头颈浪挂好遥控器操作无人机,一歇悬停,一歇升空,一歇俯冲,一歇盘旋,吸引交关游客过来看闹猛。

正当伊得意个辰光,无人机突然失控落下来了。伊一呆,两只手辣遥控器浪横揿竖揿,就是勿见无人机飞起来。大家一道帮忙寻,一直到天暗下来也呒没寻着。回到“农家乐”,老板娘听阿拉讲起搿桩事体,问清爽无人机消失个方位就急匆匆出门了。过了一个多钟头,老板娘手捧无人机回来了。原来,老板娘辣“明月湾”外头个居民区寻仔好几遍,结果辣一间平房外头个柴堆浪寻到了。

搿天夜饭,大家向老板娘敬酒表示感谢。老板娘讲,出门就要开开心心,假使寻勿着,我也难过嗰。

接下来,大家先到太湖边个渔船码头白相,到湖边拍照,又到镇浪兜兜逛逛,去农贸市场采购,三天两夜一晃就过去了。

我搭老伴已经记勿清去过几趟苏州西山了,但搿趟是顶开心嗰。呒没人催促赶景点,也用勿着担心跟勿上旅伴,自由自在就好。难怪老伴勿搭我商量,就对组织搿趟活动个老陆讲:“下趟‘农家乐’一定要叫阿拉。”真是呱呱叫个“农家乐”。