

烧菜佐料
常用葱姜蒜,其中葱用得最多,上海人叫的“小葱”,又名香葱。

上海人的葱姜蒜

袁念琪

葱。上海种葱的历史悠久,明弘治《上海志》就有记载,清同治《上海县志》记有:“葱有三种,大者曰山葱,小者曰细香葱,其不开花而叶尖生枝如爪者曰龙爪葱。”三十多年前,我在电视台农村部时,市郊种葱仍以三种为主:不开花结籽的分葱(白米葱)、开花不结籽的胡葱(寒兴葱)和开花结籽的子葱(葱子葱)。

卖葱姜的阿婆是那时少见的个体户。摊位在小菜场两头,多为地摊,也有凳或筐上放木板为摊的。葱一分钱起卖,五六根一撮;一排排摊平,根部朝外。葱后是一块块生姜,按个头议价。也有临马路人家,葱姜摊摆在门前,边结绒线边守株待兔,赚点葱姜铜钿。我小时候在花盆里种过葱,不是想赚家长的葱姜铜钿,而是为应急所用。那时,邻居间借葱多于借姜。说是借葱,约定俗成是只借不还,但再借不难。

现在买菜送葱。需要买的葱,是要烧葱烤大排或河鲫鱼的,因为用量需要二三两。烧其他要放葱的菜,上海人放起来不多,如洒洒花露水。葱入菜的样子也是三种:葱花、葱段,以及被我称为“英雄结”的葱结,炒肉丝放葱花、烧鱼切葱段、炖汤放葱结……切葱花、葱段,我一般都会切掉葱尖。

除了烧菜,葱也能药用,清康熙《上海县志》记有:“入药用小葱、胡葱。”过去感冒吃午时茶,外公就是切小葱的白色根部放入同煮。

我就读高中期间,正值二十世纪八十年代初期,那时年轻人流行穿着白色运动鞋,帆布高帮,橡胶鞋底,系着一箍又一箍白色的鞋带。因这鞋子是回力牌,当时俗称为回力鞋。我也很想穿回力鞋,母亲知道后,省吃俭用给我买了一双。当时的鞋款只有这一种,大家穿着都一样。

高中是住校的,每周未回家之后,母亲都要帮我清洗回力鞋。因被脚底汗水浸渍,虽然母亲用心清洗,晒干后鞋身仍会泛黄。并不是我的回力鞋会变黄,同学们的都一样。有位同学经过研究发现了让鞋面白净的秘密,他说绝不能让洗过的

鞋子在太阳底下暴晒,要自然晾干,晾干时要在鞋面上覆上白纸,让白纸吸收鞋面上的黄渍。我如法炮制,鞋面上的白纸果然吸收了黄渍。

有时鞋底没干透,我

回力鞋的故事

杨国华

便塞进干毛巾或布料之类吸收水分,如果确实还不干,就急忙穿着去上学。穿上没干的鞋子,脚上热气散发开之后,鞋面又会变黄。那位同学又告诉大家一个秘密,用白色的粉笔涂抹鞋面。这真是个好办法,穿回力鞋的同学,涂上粉笔后,每

烧肉、烧河海鲜时除腥的生姜也是中药材。煮姜茶防寒防感冒,简单便宜有效。原先有固体块状姜茶卖,用时以热水泡开。我中学时在外省,见到过一丛从近一人高、叶似芦苇的植物,听人说是生姜,刨土之后果然显露尊容。姆妈用嫩姜做泡菜或浸醋,是早饭时我欢喜的一碟小菜。

蒜在上海叫“大蒜头”,这叫法由来已久。清同治《上海县志》记有:“去苗留叶,根如百合,曰大蒜头。”它上台面一般在两处,辈烧黄鱼,素炒上海人叫“米苋”的苋菜。听爸爸讲,1949年进上海后,他们师文工队一位同志看电影回来说,一旁观众对他敬而远之,因为他吃过大蒜。这事笑坏众人,还有人不嫌事大作词谱曲:“看电影,就要吃大蒜——”

虽不占C位,本地的嘉定大蒜名气很响。早在南宋嘉定十年(1217年)就有种植,到1948年产量的70%销往东南亚,1983年被农业部定为国家大蒜出口基地,获得国家出口产品荣誉证书。有同事带此蒜去单位食堂,不知是否有人会唱:“去食堂,就要吃大蒜——”

我曾把大蒜当预防药吃,据说它能杀菌。1975年暑假在河南,爸爸抗洪回来患上痢疾住进师卫生科,我去探视后怕感染,大蒜吃到舌尖发麻。十多年后做《小菜场》节目时,领导也曾要我去搞些大蒜来,发给大家防甲肝。

佐料葱姜蒜,用量虽不多,美食家袁枚却早就说过要选上品,“厨者之作料,如妇人之衣服首饰也。”

冬日,架梯修剪北河沿那几棵枝丫茂盛的香椿树,不禁勾起五年前袁姓老同学送我树苗的往事。

袁同学家住原卢湾区卢家弄,排行老五,家里叫他“阿五头”,故中学同学们都跟着叫惯了。我家和“阿五头”的家虽然仅隔几条弄堂,但分属两个街坊。他至今还记得童年时,我母亲经常去他家和他母亲“嘎讪胡”的热烈情景。“阿五头”的母亲操一口绍兴话,我母亲说一口刮刮硬的宁波话,两位母亲只要在街坊、弄堂相逢,亲热得就像一对老姐妹,扶臂握手,笑语盈盈。刮拉松脆的宁绍对话,犹如旺锅里炒蚕豆,“噼里啪啦”的声响可以传开半条弄堂。

说起1950年的“二六”轰炸,“阿五头”母亲的描述显然更具现场感,因她家住在离落弹点的徐家汇路、卢家弄东出口处约百来步,东北角上卢家湾法商水电公司那几座高高耸立的水泥方塔,抬眼可见。夜深人静时,塔里从上而下的散热流水声“哗

哗”作响,传出老远。“那天吃过中饭,飞机轰炸时,吹起了一股东北风,发电厂的水塔没炸到,朝阿拉西南方向的卢家弄口偏过来。炸弹落地爆炸,房子被炸得一塌糊涂,弄堂里顿时一片混乱,惊慌的人们纷纷拼命地往家里跑……还好,没炸到我家。”

在母亲向我转述“阿五头”母亲讲的轰炸故事后,我还好奇地特意去看了那块竖在徐家汇路、卢家弄口那块齐肩高的水泥纪念碑,这个碑址,便是弹着点。我边看边在心里测算,假如东风再吹得大一点,炸弹再往西,恐怕我们两家都得遭殃。

时过境迁。我于1997年乔迁到闵行的古美地区,至新千年初,打浦桥一带开始拆迁,“阿五头”也搬到了上海西南角的梅陇镇,恰巧又与古美地区成了隔壁邻居。当“阿五头”得知我有个院子,立马表示:“几时到我家来挖几棵香椿树苗,它长起来快,移栽也容易活,今年秋天种下去,明年开春就可以吃香椿拌豆腐啦!”我闻之,想到可以品尝时鲜菜,心里真有点“嗒嗒动”。于是,去挖香椿树苗,成了我几十年后第一次去拜访老同学的主要驱动力:想想有点惭愧。

踏入“阿五头”家的底楼小院,花盆里的菊花、花坛里的月季花竞相开放,一看便知他玩小院盆景已有多年资历。看来,我们这代人都有着热爱草木的情结,正因这草木之情,才得以让昔日的老同学重续了旧缘。

几株香椿树苗,被我虔诚地栽在北河沿。次年春上,当岸柳泛起了绿雾,香椿芽也红成了一片。于是,赶紧去集市买

升级我的智能手表后发现了一个新的指标——HRV,据说是测心理压力的。如果你的压力大,这个数值会降低,如果你在放松状态,数值就会升高。我一开始不太相信,毕竟手表只是贴着皮肤而已,怎么会知道我的压力呢?

可就是这么神奇。每当周一上班,只要我坐到工位上,打开电脑,这个数值就会比周末时下降一点。有几次开选题会,它还会突然跳出来提醒:你当前的压力有点大,请控制好情绪。我以为自己在摸鱼上班,原来不是。

和老公讨论这个事,我说,手表好像懂我的心思。他说,哪有这么玄,应该是手表的定位功能,它通过周围位置的改变知道你上班了,判断出你的心情不太好。好玩的事情经过理工男的分析,就不好玩了,但我还是有点半信半疑……

那天,我去滴水湖采访,在乘了很长时间地铁后,出站看到一片绿色的草地,冬日的暖风吹在脸上很舒服,路两边时不时有单车骑过,那一瞬间我以为自己是在澳门的路环岛。我举起手机拍照,这时候手表“叮”了一下,我低头看,它提醒我此时的心情特别愉悦,“珍惜当下,让它成为前行的动力”。天呐!它真是太懂我了。

这不是简单的心有灵犀。回到家,我就开始仔细研究。HRV的全名是Heart Rate Variability,中文翻译是心率变异性。它是指连续心跳之间的时间间隔的毫秒级变化。因为心跳并非像节拍器一样固定间隔,即使你静坐不动,每分钟心跳次数保持稳定,但连续两次心跳之间的时间间隔也会存在些许差异。智能手表就是通过测量这个毫秒级变化的数值,来分析你当下的心情。有时候你觉得明明没有压力,身体好好的,但数值不会骗人。

有网友说,他两次在运动中的心跳过速,都是手表提醒他的。有人说晚上喝了酒,第二天的HRV值就会掉下去。还有人说,他两次得甲流,都是靠手表上的HRV值来预测的,比试纸测到的时间还要早。有人在路上摔跤,手表检测到突发情况,还主动询问他是否需要拨打救护电话。

我想起以前看的电视剧,常有这种情节:某位老爷在听到儿孙们大逆不道的话时,突然捂着胸口,被气得说不出话来,倒地送医结果发现心梗了。如果老爷有一块智能手表,或许能监测到他的心跳过速,提前预警,防患于未然。

高科技有了灵性,手表仿佛是个“第三视角”,关注着我们的身心状态。专家说,当你看到手表上的这个数值突然大幅下降时,通常说明“你的身体被吓到了”,也许是生病的前兆,或是最近训练过度,也或者是你在工作上面临异常的压力。你应该及时调整生活习惯,均衡饮食、充足睡眠、制定科学的锻炼计划,总之就是缓一缓,放松身心。

来豆腐,摘下十来朵红嫩的芽叶,放进开水焯一下,切碎与豆腐拌出了第一盘点缀着头茬香椿叶的时鲜菜。这头茬香椿芽叶,辛天了。

香气特别浓郁,如一时吃不完,还可以用盐腌渍保存。一旦芽叶泛绿,则香气大减,只能再等明年春天了。

我被托付到门卫室上夜班的老爷爷那里。望着胡子拉碴的老爷爷,本来就难过的我更害怕了,忍不住哭了出来。老爷爷忙着安慰我,还把从家里带来的晚饭拿了出来,喊我一起吃。那是一小碗米饭、一碟咸菜毛豆,他用调羹只舀出两小口米

饭,剩下的统统给了我。我捧着碗大口吃了起来,平时在家里碰也不碰的咸菜毛豆,那天也吃了很多。吃完饭,老爷爷拿出一台半导体收音机,播起了沪语广播剧《滑稽王小毛》。一老一小坐在狭小的门卫室里,边听边笑,我突然觉得老爷爷不可怕了。

这时父亲终于来接我了。原来那父母单位都有事,信息传达又出了点状况,都以为对方去接我了,等回到浦东家中,才发觉把我忘在了幼儿园。

幼儿园门卫室老爷爷的那份善、那份真,直到今天依然暖在我的心里。

去南疆旅行,去看雪山或者说相遇雪山是行程计划中的重点目标。遇雪山的构图取景,取景框里的它不像山,更像一尊静默伫立亿万年的天地丰碑。雪线如垂落的衣褶,高原日光把纯白晕作冷冽青灰,云涛在山巅翻涌,天空的辽阔。雪山的美是一种肃静庄严之美,过多言语对它不是修饰而是削弱。它适合凝视冥想以心去对话。

七夕会

遇雪山

摄影



帽草堆

陈志超

帽草堆一定要准备好。我便带领弟妹们四处寻找“烟花炮竹”的原辅材料,如干枯的树枝,残余的竹子,散落在农田里的零星柴草,打扫屋子及场地时扫出来的杂物碎屑等,一起堆放在茅草房前空旷的自留地上。用树枝搭起一个矮空的三角形架子,将原辅材料堆积在它的四周,高高隆起的原辅材料被堆得像一座小山丘。

年夜饭的菜肴是丰盛的,但我和弟妹们的心思却完全在燃放帽草堆上,三下五除二地扒了几口便冲出门去。繁星闪烁,寒风凛冽,大家全然不顾,纷纷用自燃火(火柴)点燃原辅材料,火苗一下子蹿了出来,慢慢地越烧越旺,火星点点,烟柱直冲天空,霎时犹如天女散烟花,煞是好看。

烟雾里不时发出噼里啪啦的声音,那是竹油竹节在燃烧,此起彼伏的声音如同鞭炮。我和弟妹们围绕着火堆,绕着圈子手舞足蹈,唱啊、叫啊、跳啊,认为这是一年中最开心的日子。一直玩到筋疲力尽、汗流浃背才心满意足,这时候才感到饥肠辘辘,转回到餐桌前狼吞虎咽。

帽草堆意寓迎新,一扫往日烦恼,期盼来年风调雨顺,生活红红火火。随着时代变迁和社会发展,这种习俗早已湮灭在历史的长河中。