



沈嘉禄

专栏作家

Columnist

爱好美食和收藏

吃竹笋，这是生活在江南的福利。

竹笋上市后，我首先要吃油焖笋，用素油煸透，加绍酒、虾子酱油、白糖焖煮，成菜油亮，咸中带甜，酒饭两宜。油焖笋上桌，哪怕大鱼大肉都被我视作跑龙套的。

每年与太太去杭州南山扫墓，之后就转到灵隐寺进香，在庙里吃过素面，浇头里的笋片格外鲜嫩。由此得陇望蜀，希望痛痛快快地吃一大盘灵隐寺的油焖笋。最近他们的斋堂重新装修了一下，面积有所扩大，如果有素席，那么我们就有口福了。

前人论素食，认为尼姑庵里师太亲手烹制者最佳。戏曲理论家齐如山先生回忆，他家每年春节前都能得到师太的素食相馈，一只提篮，从里面端出四色清清爽爽的素食，不多，意思意思。主妇客气一番，奉以香油钱相报。师太调理的蕈菇菰笋让齐如山吃得津津有味，没齿不忘。

春笋单独成菜，有玉树临风之美。作为配菜，它也尽心尽力。取几尾小黄鱼稍煮一下拆骨留肉，笋尖切碎，荠菜切末，煮一碗软糯绵长的荠菜黄鱼羹，起锅后撒白胡椒粉，鲜香爽口。我每年也要做一两次。

笋丝炒咸菜，笋丝炒枸杞头、笋丝炒鳊鱼丝、笋衣烧豆腐，都是极清雅的日常小菜。还有拌双笋，莴笋竹笋，象牙白配翡翠绿，尚未动筷就满口生津。竹笋炒鳝糊是清明前后的时令菜，竹笋要切得细，又要保持骨子和清清爽爽的颜色，鳝丝却要软烂，两者在此刻相会，成全彼此，鲜美无比。竹笋丝炒咸菜，也可少加点肉丝，最好是里脊肉，嫩而不柴，小煸小炒风格，小家碧玉味道，过粥过泡饭一流，做面浇头也是极好的。

我不大喜欢浓油赤酱的竹笋烧肉，我觉得坡公与时人开玩笑。

不负芳春不负笋

偶尔得闲，心情又不错，我就将竹笋细分化。笋尖切碎，加焯水后切成细末的莴笋叶，烧豆腐汤，取其脆嫩。中段烧油焖笋，取其厚实。笋头与蚕豆、黄豆芽、卷心菜老叶等一起吊汤，成为一碗素浇面的底汤。

自然，上海人对春笋最贴心贴肺的拥抱，就是做一大砂锅腌笃鲜了。

取黄泥竹笋（稍晚会有更好的哺鸡笋上市）十几支，五花肋条肉一大块，南风肉一大块，也可以取隔年咸猪脚一对，画风粗犷但味道更为浓郁。五湖四海地挤进大砂锅里，大火煮沸，撇去

浮沫后转小火焖，汤色清雅，情意浓稠。吃了一顿，留下半锅，还可以加些百叶结再烧，赛过一场精彩大戏的谢幕。

有两点跟大家说一说，一是咸肉必须带皮，不能切得太薄，至少要一指厚，也不能煮得太久，趁它煮熟后还保留着一点硬劲时捞出，等整锅汤完成后再加进去加温，这样就能

吃到咸肉肥膘爆酱的感觉，不只腴美，还特别香。二是烧腌笃鲜须一次加足水，最忌吃剩留下半锅，下顿加满水再煮，这样味道就淡了。

国家级烹饪大师徐鹤峰曾经做过一道鹅笃鲜给我吃，用老咸鹅代替老咸肉，与鲜蹄膀和春笋一锅焖，这次是浓汤，味道相当好。大师说：腌笃鲜是一道大菜，也可看作是一种菜式，鲜物与腌物一锅煮，就是腌笃鲜。

饭店里也有腌笃鲜飨客，所有食材都沉在汤底，汤色还有点浑浊。哪有自己妈妈做的丰满？砂锅端上桌的时候还在嘖嘖喧腾，笋尖肉块可以堆起来，汤色碧清，鲜香满室，动手吧亲们，不要客气！

江南腌笃鲜，春来吃几次，愿君多加餐，此物最相思。[E]

吃竹笋，这是生活在江南的福利。