

(上接10版)

春之宴

一道佳肴

用一方美味 解一腔乡愁



沅江

文：今日女报 / 凤网记者 章清清

年夜饭，要吃得好，还要吃得讲究。按照我们益阳沅江人的习俗，年夜饭不能晚上吃，反而要在早上或中午吃，取意“越吃天越亮”，盼望日子越过越亮堂。

沅江人年夜饭的菜肴也大有文章。这一天，饭桌上不能有鸡，因为鸡与“饥”同音。人们爱用鱼肉烹饪美食，因为鱼同

“余”，富饶富足，意头好。饭桌上一般有两道鱼，清蒸的整条鲫鱼，寓意“有余有剩”，还有鱼



资料图片

邵东

文、图：今日女报 / 凤网记者 陈炜

在我父亲的桑梓之地——邵阳市邵东县界岭乡大丰村，一大碗黄灿灿的“黄炸肉”是不可或缺的。

黄炸肉是一道入口酥香、老少皆宜的点心。儿时，我每每随父亲回乡过年，身体尚好的奶奶总会为我一展技艺。

奶奶做黄炸肉，十分严肃，关起房门，闲人勿入，不许乱跑、不许吵闹，而我作为帮手，十分有幸被留在了“厨房重地”。

说是帮忙，年幼的我更多时候是“看客”和“食客”。奶奶的手并不优美，皮肤都因年老而变得皱巴巴，但这样一双手，却熟练地和粉揉面、颠勺煎炸，一双足有二尺长的筷子更是运用如飞，在沸腾的油锅里翻着、捞着。而我因



一只炖整鸡，母爱最可期

肉制成的鱼丸；二是猪肘子和猪脚，最好是前脚，俗称“抓钱爪”，过年吃了猪蹄，来年就可以大把大把往家里“抓钱”了。不可或缺的还有青菜和白萝卜，全家都要吃几口，寓意在新的一年里“清清白白”。

不过，随着时间的推移，在主厨老妈的大胆革新下，餐桌上的菜式也在与时俱进。味道好、寓意好的鱼和猪脚等美味理所当然得到了保留，而从前不上台面的鸡，也已经被我妈大大方方摆上了桌。而且我妈做的鸡还与众不同——不切不炒不煮不蒸，而是整鸡炖出来。完完整整的一只鸡被隆重的放在桌上，那场面，那仪式感，简直不能再足。我妈也挺自豪，把它当成了“保留节目”，一般只在过年或重要节日时才会上这道菜。

炖这只鸡也挺费工夫，内脏掏出、料

理干净，然后在鸡肚子里填满桂圆、干荔枝、红枣、莲子等，高压锅放清水，整鸡入锅。鸡肉易烂，半个小时后就能闻到鸡肉伴着莲子桂圆的清香，此时再炖个十来分钟，差不多就好了。

打开锅盖，鸡皮金黄，汤汁清透，用筷子轻轻一戳，就能将整只鸡分解开来。这道菜是我的最爱，夹一筷子鸡肉，又香又嫩；喝一口汤汁，甘甜香醇；舀一勺下去，满满的莲子桂圆，口欲的幸福油然而生。

我记得老妈当年第一次在过年时做这个菜，被我那“守旧”的老爸阻止过。不过，我妈干脆利落地说：“年夜饭吃的就是一个高兴，只要孩子们爱吃，便是家和万事兴。”于是，这道炖鸡从此就成了我们家年夜饭桌上的大菜之一，也是我记忆里最深的妈妈的味道。

一盘黄炸肉，思念品不够

为不满黄炸肉千篇一律的“金条”造型，便把奶奶剩下的边角料摆弄成奇奇怪怪的形状，偷偷“加塞”到油锅里。

不多时，灶台上已出锅的黄炸肉冒着香气，味道直往我鼻子里钻。我等不及，抓上三两坨，带上满裤兜的爆竹就往门外的田里跑，留下奶奶一声声地喊：“莫跑！痒哒类！”

但自从奶奶五年前去世后，随着我和父亲屈指可数的回乡之行，黄炸肉出现的次数也越来越少。只是，不管身处何处，我们的味觉记忆总是分外强悍。这不，今年除夕前，父亲来了兴致，采买了食材，打算重拾这道家乡美味。

尽管有些生疏，但父亲没有采用网上

花样繁多的烹制手法，而是依据从老乡那打听来的办法，用大丰村的传统方式来做黄炸肉——将磨好的糯米粉、面粉调水，搅拌均匀，面糊不稠也不稀，发酵片刻后再倒入白糖、絮状鸡蛋和榨出油液的肥肉丁继续搅拌、搓揉，最后以手捏成团放入油锅煎炸。

黄炸肉的制作，“炸”至关重要。架起油锅，浇上半锅土茶油，待油烧得热腾，用筷子夹起面糊快速放入锅中，翻滚片刻，面糊成形，面皮逐渐变得黄灿灿，再用漏勺捞出锅。炸好的黄炸肉黄灿灿，一口咬下去，满嘴油香，外皮酥脆、内馅软糯、甜而不腻的口感在齿间一层层绽放开来。若将黄炸肉再进行蒸制，则又是另一番风味。

故乡的美味最能慰藉心灵。或许，对于父亲来说，这是一盘盛满乡愁的黄炸肉，更是一盘拥有着妈妈味道的美食，时光浮沉间，总是吃得暖胃又暖心。

缤纷味道 >>

除了以上美味浓情的文章，我们不妨再来点别致的“下酒小菜”。

比如，今日女报融媒体中心记者欧阳婷，虽是长沙宁乡市人，却因小时候在深圳生活过几年，导致口味呈现出与湖南人的火爆不匹配的清淡。因此而被戏称为“灵魂深圳人”的她，家中年夜饭的餐桌上也是“绿意盎然”——

养生派，年夜饭里宠青菜

还孤单寂寞地留在火锅里，变成了蔬菜们的陪衬。

作为宁乡人，虽说这年夜饭走养生路线颇有点不寻常，但我家里人还是绕不过辣椒。肥厚的辣椒丢到炉子里来个“火浴”，随后放入冷水，撕去焦黑的皮，控干水分，加蒜蓉、生抽、味精，浇上浸菜坛里的酸水——“好辣！好吃！”小孩子们一边喊辣一边不停筷子，这大概是“辣不怕”的湖南人家中的一道“景观”了。

在爷爷欧锡巍的描述里，从前条件艰苦，餐桌上翻来覆去出现的便是萝卜白菜，只有过年杀了年猪，大家才能享

受肉的美味，“一整年都只会杀这一头猪”。

“一放学，你爸爸他们就要到田里割猪草。”爷爷说，那时候的猪和鸡都十分珍贵，要殷勤饲养，小孩也要帮忙，“过年吃不完的猪肉就做成腊肉，等到之后过节或有客人才会再拿出来”。

都说“每逢佳节胖三斤”，但在我们家，不知是因为素淡的青菜养育了一代人，还是家人真的就爱上了养生，青菜从最初的“配角”，俨然已成为餐桌上不可取代的“主角”。2018年开春，看到晚辈们如此喜欢青菜，大伯和大伯母特意在房边又开辟了一块菜地，时不时

给孩子们捎青菜去吃。

今年过年则格外“复古”，不仅有青菜，还有野菜。“菜园里的地菜都被我挖干净了。”大伯母张瑞英在除夕前一天，拿了小锄头，提着篮子，把刚冒头的地菜都采了。地菜，学名“芥菜”，味甘、性凉，民间有“春吃地菜赛仙丹”的说法，每年的“三月三”，当地人都要用地菜煮鸡蛋吃。

年后，大伯菜园里的青菜随着家中年轻人外出的脚步，跋涉到了不同的城市。清炒、烧汤、凉拌、烫火锅……过年时没有吃够的质朴味道，牵连着亲人的思念，变得浓郁又绵长。（下转12版）



文：今日女报 / 凤网记者 欧阳婷

“我今天一下午就洗这些菜了，菜叶子缝里都洗干净了。”当三个分别盛着自家菜园出产的香菜、菠菜、芥菜的菜篮被送到餐厅时，大伯欧和平站在一旁，语气里满满都是“求夸奖”的味道。

在我家的年夜饭桌上，素菜最当红，但大家盯着的，都是桌子中间的火锅——小火慢煨了好几个小时的羊肉萝卜汤正咕嘟咕嘟地冒泡，只等将嫩生生、水汪汪的蔬菜放进去烫一烫，那滋味！几乎等不到彻底熟透，菜叶儿便都没剩一片。一顿饭下来，羊肉