

今日高邮微信
高邮日报手机报

“秦邮八珍”道道奇珍 “秦邮八大碗”碗碗情深

“秦邮八珍”高邮传统俗称“秦邮八大碗”。

传统是活着的过去,活着的历史。回归是对传统的唤醒,是新时代人们对美好生活追求的适应、发展和创新。回归传统也是别样的创新,具有强大的生命力。

扬州是世界美食之都,淮扬菜名扬海内外。高邮美食是淮扬菜的重要组成部分和得力支撑,其特点是清纯、本味、中和。

高邮市烹饪协会、波司登国际大酒店邀请了烹饪界名厨和文化界知名人士,经调查研究,查阅典籍,钩沉爬剔,几经斟酌,总结开发出“秦邮八珍”,并精心制作。《周礼·天官》载,周代即有“八珍”,如淳熬、淳母二珍,是分别用早稻、黍子做成的脂油肉酱盖浇饭。“秦邮八珍”古为今用,具有时代、地域特色,既有老味道、家乡的味道,又有新味道、时代的味道,蕴有丰富的文化内涵,值得挖掘、传

承和弘扬。

“秦邮八珍”是古秦邮美食文化的精彩体现,菜味香,文味浓,人味足。“秦邮八大碗”,碗里装的不仅是美食,还有高邮人浓浓的乡情以及外地人对高邮深切的思念。

“秦邮八珍”,道道奇珍。
“秦邮八大碗”,碗碗情深。

朱延庆
2021年11月15日

“秦邮八珍”歌

许伟忠

鸿运当头寓吉祥,珠光滴翠吐芬芳。
一汪情深人难舍,群英荟萃佛跳墙。
豚方慰藉融爱意,邮都香鸭冠水乡。
五侯珍馐荣快,锦绣肝肠谱华章。

一、鸿运当头:(浇头粉丝)



在中国传统文化中,“鸿运当头”用来表达人们对前程的一种美好愿望,祝福起始之时,或者某件重要事情开头就会有极好的运气,其寓意明白晓畅。《红顶商人胡雪岩》第一部《平步青云》中有一名句:“雪公,你鸿运当头,做事千万要漂亮。”“鸿运”谐音红运,一般用红色来表现。花有鸿运当头,属凤梨科,红色的花长在最顶部,颜色非常喜庆;金鱼有鸿运当头,又叫鹤顶红,它的头部长出一个高高耸立的红色肉瘤,有点像吉祥鸟丹顶鹤。菜肴中的鸿运当头是一道地道的农家风味菜,将其命名为鸿运当头,一是因为这是“秦邮八大碗”中第一道上桌的菜,开头吉利,必然引来好事连连;二是用红汤粉丝衬底,再浇上猪肝(肉片)、慈姑、青蒜炒好的料头,好像浇上了一个红盖头,叫作鸿运当头十分形象。(许伟忠撰文)

二、珠光滴翠:(咸肉河蚌烧青菜)



“珠光滴翠”,高邮民间习称河蚌、咸肉烧青菜或河瓷、咸肉烧青菜。高邮河湖港汊交错,水域面积与陆地面积接近,盛产味道鲜美、汤汁似乳的大小河蚌,配上自腌的五花肉片,打了霜的小青菜,味道咸鲜,蚌肉滑嫩,这不仅是高邮人冬季极为珍爱的一道家常菜,还有一个“见珠光中皇榜”的美好寄托与良好祝愿。“璧社珠光”是“秦邮八景”的第一景。宋代学者沈括在其名著《梦溪笔谈》中有这样的记载:“嘉佑中,扬州有一珠甚大,天晦多见,初出于天长县陂泽中,后转入璧社湖,又后乃在新开湖中,凡十余年,居民行人常常见之。余友人书斋在湖上,一夜忽见其珠甚近,初微开其房,光自吻中出,如横一金线,俄忽张壳,其大如半席,壳中白光如银,珠大如掌。灿烂不可正视,十余里间林木皆有影,如初日照,远处但见赤如火,倏然远去,其行如飞,浮于波中,杳杳如月。”民间传说,许多有幸看到这“神蚌珠光”的人都能考上进士。书房建在璧社湖边的孙觉(字莘老),因为多次见到这“神蚌珠光”,不仅自己中了进士做了官,而且他的弟弟没几年也中了进士做了官。(姚永明撰文)

三、一汪情深:(汪豆腐)



“一汪情深”,高邮民间习称“汪豆腐”。汪豆腐在高邮既是家常菜又是酒席菜,外地人吃过高邮汪豆腐的,常常流连忘返再次品尝。汪豆腐用油渣、鸭血丁、豆腐丁、纯鸡汤烩成。“汪”是高邮特有的做法。过去办酒席,没有一碗滚烫的汪豆腐,亲友便觉得这顿酒席缺少了什么。高邮籍著名作家汪曾祺曾在其美食散文《豆腐》中这样写道:“汪豆腐”好像是我的家乡菜。豆腐切成指甲盖大小的小薄片,推入虾子酱油汤,滚几开,勾薄芡,盛大碗中,浇一勺熟猪油,即得。大概因为上面泛着一层油,用勺子舀吃。吃时要小心,不能性急,因为很烫。滚开的豆腐,上面又是滚开的油,吃急了会烫坏舌头。我的家乡人喜欢吃的东西,语云‘一烫抵三鲜’。”汪曾祺先生还写过一首叫《豆腐》的诗,诗的全文如下:淮南治丹砂,偶然成豆腐。馨香异兰麝,色白如牛乳。迩来二千年,流传遍州府。南北滋味别,老嫩随点卤。肥鲜宜鱼肉,亦可和菜煮。陈婆重麻辣,蜂窝沸砂壁。食之和颜色,长幼融肺腑。遂令千万民,丰年腹可鼓。多谢种豆人,汗滴黄下土。汪曾祺先生认为,“豆腐是很好吃的东西,值得编一本专集。”“关于豆腐的事情,可以编写一部大书。”汪曾祺先生对故乡对豆腐堪称“一汪情深”。请客吃饭上一道“一汪情深”,也象征着主人对宾客一往情深。(姚永明撰文)

四、群英荟萃:(烧杂烩)



烧杂烩用食材品种较多。各种食材烩于一锅,如好汉啸聚于绿林,似豪杰蜂涌于梁山,是谓“群英荟萃”。烧杂烩又称“全家福”,这个名字平添了许多亲情喜气。所谓“全家”,意指食材各种各样。有荤有素,有大有小,有圆有方,还有滚刀块不规则形状。烧杂烩有考究,白汤小肉圆、鱼圆、虾圆,必不可少,这是保证杂烩可口的关键,如同火锅底料。其他根据个人喜好而添加,常见的有水发肉皮(或鱼肚、猪蹄筋)、鹌鹑蛋、木耳、冬笋、海带、菠菜、胡萝卜、榨菜、西兰花、小菜心等。现在杂烩常有由虾籽和豆腐原料制成的虾糕。烧杂烩讲求食材颜色搭配。鹌鹑蛋洁白,木耳亮黑,虾元微黄,胡萝卜桔红,青菜嫩绿,西兰花滴翠。一碗上桌,色彩斑斓养眼,顿觉食欲之门大开。烧杂烩食材选择具有自主性,既体现养身的杂食性,又有营养的全面性。烧杂烩鲜香浓郁,烧制简单,咸淡适中,历来为百姓喜爱。(张荣权撰文)

五、豚方慰藉(慈姑烧肉)



豚,小猪,指猪。这里代指猪肉。豚方,方块猪肉。慈,慈姑。“豚方慰藉”的菜名含义为:用方块的猪肉慰藉慈爱善良的村姑。慈姑,草本植物,长于水,为水乡所常见。《本草纲目》载:慈姑,一根发生十二子,如慈姑乳诸子,故以名。慈姑肉色白而微黄,性寒,有凉血止血、止咳通淋、散结解毒、和胃厚肠等功效。慈姑烧肉,取肥瘦相间为三层的五花肉(俗称五花三层),和玻璃球大小的慈姑,红烧。这道菜是传统“八大碗”中的主菜。在经济困难的岁月,小孩子们都盼望着过年过节能吃上一顿慈姑烧肉以解馋,并油润一下枯燥的肠胃。一道菜为平民的生活增添亮色而非慈姑烧肉莫属。选择慈姑烧肉,概因慈姑质紧细粉而不吸汤汁,故而不破坏肉汁的鲜香油滑爽口的特质。同时荤素搭配,寒暖中和,易于消化吸收。(张荣权撰文)

六、邮都香鸭:(京葱扒麻鸭)



“邮都香鸭”,高邮民间习称京葱扒麻鸭。高邮作为全国历史文化名城,不仅拥有多处全国重点文物保护单位,还有世界文化遗产中国大运河文化遗址。全国现存规模最大、保存最为完好的明代古驿站孟城驿就是其中之一。因为这里建有中国邮驿博物馆、中国集邮家博物馆、中国邮政史料馆,高邮也拥有“东方邮都”的美称。高邮麻鸭与北京填鸭、浙江绍兴鸭并称全国三大名鸭,高邮建有全国首个“中国鸭文化博物馆”,“鸭乡高邮”的美称名闻遐迩。高邮麻鸭个体大,不仅善产青壳大蛋和双黄大蛋,而且肉质不同于肥腻的北京填鸭,以精瘦、细腻、香酥见长。“邮都香鸭”选用在高邮湖区散养的优质高邮麻鸭加爆香的京葱小火慢炖一个半小时,口味鲜美微甜,鸭肉香气扑鼻,实为冬季滋补的一道佳品。高邮民间还有个风俗,年轻人举办婚宴时最后总少不了一道“邮都香鸭”,名曰:“鸭(押)子鸭(押)子,早生贵子。”(姚永明撰文)

七、五侯珍馐(煮块鱼)



煮块鱼以青鱼为佳。青鱼又称五侯青。典出《本草纲目》。书中说:汉成帝母舅王谭、王根、王立、王商、王逢时同日封侯,号五侯。五侯家常以青鱼制作珍馐待客,故名。高邮青鱼,肉嫩味美,刺大而少,富含蛋白质、脂肪等人体必需的营养元素,具有补益肝肾、益气化湿之多种功效。高邮是鱼米之乡,广阔浩瀚的活水是青鱼理想的生活繁衍场所,因此,以五侯青鱼为食材制成美味珍馐是高邮一方水土上的家常便菜。又因食鱼补脑,在灰油灰肥的今天,煮块鱼是名副其实的美味珍馐。(张荣权撰文)

八、锦绣肝肠:(烧肝大)



典故出自李白《冬日于龙门送从弟京兆参军令问之淮南观省序》:“兄心肝五脏,皆锦绣耶!”李白堂弟认为他的心肝五脏一定都是锦绣做成的,不然怎么会开口成文、下笔成章呢?后来人们就用锦绣肝肠来形容某个人满腹诗文,善出佳句。与之意思相近的成语还有“锦心绣腹”“锦绣心肠”和“锦绣肠”等。苏东坡《王晋卿示诗欲夺海石复次前韵》有诗曰:“平生锦绣肠,早岁藜藿腹。”说小时候尽管只能以“藜藿”等野菜果腹,却是天生一副能写好文章的“锦绣肠”。“烧肝大”也是地道的农家菜。以往农村都有杀年猪的风俗,肝肠等五脏都留在家中做菜。民间喜欢将猪肝与大肠放在一起做菜,久而久之形成一道特色菜“烧肝大”,这其中可能还另有讲究。中医传统理论中有“肝与大肠相通”之说,古人诗文中常常将“肝肠”二字连在一起,来比喻人的内心或心情。明代《菜根谭》有“肝肠煦若春风”之语,形容对人赤诚热心,就像和煦的春风一样温暖。因此,“锦绣肝肠”这道菜,不仅寓意满腹诗文如锦绣,还寓意关爱他人的一副热心肠。(许伟忠撰文)