

兰姨传家菜 吃不尽的乡愁



兰姨做菜并无固定套路,到超市、菜场一逛灵感就来了 现代快报记者 辛一 摄

兰姨,本名陈岚,隐身南京三山街的资深煮妇。师承“一带名厨”的阿公(祖父),在热爱美食烹饪的家庭中长大,用美味滋养家人是她最幸福的享受。兰姨生在四川,十几岁时随父母迁至兰州,大学毕业后再在南京定居将近三十年。在她的厨房里,混合着四川、西北、南京三地的地方滋味。最近,在朋友撺掇下将多年秘制家传菜式集结成书,从阳春三月的野菜、夏之甜蜜清凉,说到秋之藕芋、冬之暖养,在吃友们当中刮起一阵旋风,被称为“最实惠实用的家庭食谱”。

□现代快报记者 陈曦



厨房秘笈《温暖传家菜》

最朴实的家训 “一饱百不思”

在兰姨看来,好吃的人一般都知足常乐,而阿公最常挂在嘴边的一句话是“一饱百不思”,这也就形成了陈家淡泊乐观的家风。

阿公大名陈北星,可能生于1914年。年轻时在自贡富和楼学艺,后成为“一带名厨”。据说新中国成立之初,阿公曾通过中央某机构考查,确定为进京的厨师人选,有中南海和北京饭店两个地方备选,如果当时成行,倒真有可能成为一代名厨。但那时太奶奶还在,阿公信奉“父母在,不远游”的古训,婉拒了进京的机会,留在老家。之后上面又叫去峨眉山报国寺,在中央接待处事厨,因为行事保守,最终还是没能成行,在贡井盐厂当了一名普通厨师,甘心为盐担子们经营一日三餐。

在那个物质匮乏的年代,阿公掌管着盐厂食堂偌大的家业,也颇需要些智慧和担当。葱须不要丢,洗干净拌拌很下饭,莴笋皮剥去硬壳也能吃,茄子把、茄子皮都是宝贝……这些今天才被健康理念所推崇的“营养食品”,阿公在他的那个年代就已经让人享用了。这些边角料经阿公之手,都变成了一等一的美味。在阿公看来,能料理高档的食材,只是厨师的基本要求,能把最普通的家常菜做好,化腐朽为神奇才真正考量厨师的功力。阿公当年为盐商资本家们置办

宴席,料理山珍海味、鲍鱼、熊掌游刃有余,为盐担子们服务照样尽心尽力。

从小吃着阿公做的美食,也曾向阿公放言:我以后一定帮你整理一部菜谱,把你的美食统统记录下来。

父亲也继承了阿公爱烹饪爱美食的因子。大学毕业后,留在西北任教,出于对家乡味道的怀念,靠着自己以往的经验,制作了泡菜、豆腐乳、豆瓣酱和豆豉,受到筒子楼里所有邻居的热烈欢迎。

多年以后,当兰姨置身南京这个陌生的城市,孤独和乡愁袭上心头,自己也开始制作故乡的泡菜、酱料时,忽然体会到父亲的心境:“有时候,我们吃的不是一种食物,而是浓浓的乡愁。”

一个智慧的“煮妇” 两个幸福的男人

1985年,兰姨大学毕业后跟随男友来到南京,很快结婚生子,整天奔波于工作和家庭之间,从小耳濡目染的厨房技艺不经意间竟然成为自己最出类拔萃的特长,在厨房里的从容,在工作中也表现得自信淡定,宠辱不惊。早些年,阿公因脑溢血离世,心中虽然悲伤,但很快在繁忙中淡忘。

转眼间,儿子长大成人,开始上班工作,忙碌了半辈子以为可以松口气的时候,丈夫在单位例行体检中,突然被查出罹患癌症。

“这时我才意识到,对亲情的关爱是绝对不能等的,必须立即行动!”于是,果断结束手头的工作,回到家中专心照顾丈夫。照顾病人的饮食起居成了兰姨生活的全部。

化疗后的病人,造血功能和免疫力急速下降,需要补充高蛋白、高维生素,红肉、猪肝、鸡蛋这些必须常吃,但胃口却极其糟糕。什么食物适合病人的营养需求,怎么做提振食欲、容易消化,这是兰姨每天思考的问题。山药西芹猪肝粥,益气补血,非常适合体虚的人调养。牛肉是上佳的红肉,嫩姜牛肉丝、西红柿牛腩、粉蒸牛肉、水煮牛肉每天变着花样做。碗口粗的牛骨头劈开来炖汤,非常补血。鸡肉容易发,中医建议不吃,那就用鸭肉、鱼肉代替,南京的鸭子是宝,又多又便宜,一道芋儿烧鸭好吃开胃。不能吃高糖,杂粮饭是家中常备的主食,一筒白米,一筒混合燕麦、荞麦、红豆、小米、玉米碴等十几种粗粮的杂粮,用高压锅煮煮后,吃了不觉粗糙……家传的技艺成了艰难岁月里的护身符,日子在一次次惊心动魄中安然度过,奇迹般地,丈夫的病情和精神状态有了令人欣慰的改善。今年8月,丈夫停止了每两周一次的血常规检查,10月底住院全面复查时,各项指标恢复正常。

回归“煮妇”的日子,跟同学朋友聊天交流成了闲时的主要内容。丈夫的身体状况是朋友们关注的重点,每天制作的饮食也是讨论最多的话题,闺蜜们开始回忆当年一起下厨的美好时光,回味起在兰姨家吃到的美味,要求看图片,要求传授技法,一起撺掇她开美食博客,做出版的同学要帮她出书。这时,陡然想起当年向阿公夸下的海口:是该写一本书了,为了那份亲情与美好。

于是,照顾病人的日子不再哀怨悲伤,因为每天要设计的菜式变得充实而富有挑战。连丈夫也跟着忙碌起来:一起去买菜,回家后帮忙择菜、洗菜、洗碗,布置拍摄用的工作台面,帮忙布光……儿子每天回家前的短信都是问:今天又有什么新菜?还拍下了很多漂亮的照片。家中最常见的场景就是:兰姨在厨房里像个陀螺一样转来转去,两个男人满怀期待地等着品尝鉴定。

陈氏秘密武器 头碗、牛肉干、豆瓣酱

兰姨家招待客人,头碗是重中之重。这在陈家是过年才能吃到的,也是陈氏私房菜的招牌。集中了肉的各种做法,很是压阵。

每到腊月廿八,家里就要张罗着做头碗,这也意味着年夜饭的准备工作正式拉开帷幕。蛋卷、炸排骨、炸肉丸、炸酥肉……这些头碗的主料务必要在大年三十的前一天全部备齐,不仅仅是在年夜饭才吃,它是整个春节期间上桌最频繁的大菜。忙了一年的人们在春节期间可以休息一下,用年前准备好的半成品急就章置成一桌宴席,在存贮条件落后的年代,以油炸为初步加工的头碗无疑是最佳选择。如果保存得当,吃到正月十五也不是没有可能!这样的习俗和做法在中国各个地方是共通的。

头碗的制作程序很是繁杂——选料、分割、切片、剁块、剁馅、调馅、上浆、挂糊,或煎、或炸、或蒸、或煮……几乎涵盖了所有的烹饪技法,因为要备整个春节期间的用量,耗工耗时,不仅对掌勺人的综合厨艺水平是个考量,还绝对是个体力活,没有一定站功是应付不来的。这头碗在陈家得以传承,也使得兰姨姊妹的厨艺得到全面提升。

盐帮菜系中冷吃肉类系列,只能在自贡吃到最正宗的,这大概是因为自贡的井盐所具有的独特风味。

兰姨小时候最喜欢吃阿公做的陈皮兔肉,在一大碗干红的辣椒、花椒中仔细挑拣躲藏起来的小肉丁,鼻尖上辣出细密的汗珠,那份专注和惊喜仿佛是昨天才发生的事情。家乡的味道,只能在家乡品尝。人在异乡,也

只好入乡随俗地把家乡的美食加以改造了。话梅陈皮牛肉干,就是兰姨把阿公的陈皮兔肉做了篡改:南京新鲜兔肉不多见,就用牛肉代替,在橘子大量上市的季节,就用橘子皮替代陈皮,没经过炮制,没有陈皮的功效,咋办呢?吃剩的话梅干还剩在瓶子里无人问津,废物利用,结果倒是别有风味。这道菜是到兰姨家作客的小朋友们必点的。小朋友们往往是舍不得当场吃的,还没上桌呢,就事先交代,“这个不吃,打包!”冰箱冷藏后凉凉的食用口感更佳,是营养可口的小零食。

逢年过节,头碗的“半成品”和牛肉干都是要朋友们抢着“预订”的,不够分。还有秘制豆瓣酱,这是兰姨厨房里的秘密武器,也是要给朋友常年备足的。

第一次承办家宴 竟是父亲的婚宴

其实,兰姨准备宴席没有固定的套路。朋友来了,到菜场一看,灵感就来了。

五月份新鲜的豌豆上市,兰姨都会做“豌豆扎”。四川人把米粉类菜肴称为“扎”,粉蒸牛肉叫“牛肉扎”,粉蒸肥肠叫“肥肠扎”,米粉豌豆自然叫“豌豆扎”,豌豆绵软,肉丁滑嫩,百吃不腻。夏天樱桃下来了,那就做个“樱桃之夏”,山药一蒸,菠萝打碎制作菠萝酱,铺上各种果丁,樱桃围一圈,好吃又好看。秋天是收获的季节,到菜场一逛,总是惊喜连连,莲藕、芋头、毛豆、花生、老姜、板栗,所有的味觉都被唤醒。单是一节藕,就能在她手中变出无穷花样,蜜汁藕、剁椒毛豆腐、藕渣狮子头、豆腐藕圆、杂粮藕饼,是一场奇妙的“藕遇”。饭后,鲜藕、青莲、荷叶、绿豆、梨打碎榨汁加入冰糖,一杯“荷塘绿影”是消暑防燥的最佳饮品。冬天图省事,那就来个火锅,不用煎炒蒸煮,蔬菜一配,牛肉、鱼肉一切片就齐全了。

兰姨是个乐观豁达的人,说起她这辈子第一次独自承办的家宴,竟然是父亲的婚宴。

十七岁那年,还沉浸在被兰州大学中文系录取喜悦中的她,忽然接到母亲病危的通知,一个月后,母亲在深秋的寒风中去世。从此,对母亲的思念成了父女间刻意回避和最不愿提及的话题。在一个周末回家的晚上,父亲告诉她,朋友介绍了一个阿姨,觉得还合适,明天准备带到家里来看看。虽说是让姐妹俩看看,但从父亲的态度知道,事情已成定局,这个阿姨将会是取代母亲的人。

第二天,见到了阿姨,果然是一个淳朴善良的女人。心中有种轻松的感觉,觉得这对父亲也许是一种全新的开始。几周之后,父亲开始与她商量接阿姨回家的具体事宜,最后,竟然决定由她承办迎亲那天的婚宴。而她,也毫不犹豫地一口应承。

那天一大早,父亲就出门接人去了,据说一大群姨妈舅舅要来,有十几个人。根据和父亲头天晚上商议的菜谱,她一头扎进厨房,开始择、洗、切、配。邻居阿姨主动过来帮忙,惊叹于这个年轻女孩的冷静与处乱不惊,她有有条不紊地指挥着邻居阿姨或切或洗,配合默契。不一会儿,迎亲和送亲的人到了,父亲到厨房视察了下,说可以开饭了。但厨房的准备离开饭还有不小的差距。算了,急也没用,兰姨照样按照自己的节奏忙碌着,赶在了12点按时开饭,并且,得到了所有宾客的赞许。若干年后,和继母聊天才知道,当时她心里那个急啊,怎么这丫头做事这么不紧不慢,慢悠悠急死个人!

让一个女孩来独自承办父亲的婚宴,这大概是小说家也难设想到的情节。“现在想来,在怀念逝去亲人的同时,对活着的家人更应该珍惜,懂得放下,懂得活在当下,懂得正视现实,这应该是我从这次家宴中得到的人生感悟。不过,当时没有手忙脚乱已经是奇迹,那还有工夫去思考考人生。”兰姨说。