

随笔苑

千滚豆腐万滚鱼

小非

九月初起，北方开海了，活蹦乱跳的鱼虾随着欢腾的浪花涌上了大大小小的码头。渔禁四月，海边的人们如同馋嘴的猫，嘬着鼻子不停地吮吸海风送来的腥鲜，早就急不可耐了。

短视频中，大厨们纷纷展示自己的厨艺，刀鱼、鲅鱼、鲳鱼、鲳目鱼等名目繁多的海鲜，颠勺之间，就成了餐桌上的美味。有位十分活跃的“孙记老汤馄饨”掌勺人，操着一口浓浓的蓬莱乡音，不断地介绍着各类鲜鱼的不同烹饪技法，时不时还会来上几句文气的表述，显得有些滑稽。不过收尾时突然反转，那句土得掉渣的“老板正了”，顿时让人感到亲切。

然而，人们耳熟能详的“千滚豆腐万滚鱼”的说法，却没有从他们的嘴巴

里说出来。其实在我的业余水准的烹调体会中，早就觉得这话不具备普适性，由此想起件往事。

大概是1993年秋天，邓刚先生浮海南游，卢万成先生在芝罘岛上的渔家酒楼“望海鲜”为其把盏接风。他们皆为上世纪八九十年代以写海蜇声文坛的名作家，分别位居黄渤海两岸，邓刚在北边的大连，卢万成在南边的烟台。

初识邓刚，缘于1983年第五期的《上海文学》，那上面刊载了他的中篇小说《迷人的海》。老海碰子与小海碰子这两代弄潮儿，在寒冷、激流、风浪、暗礁和鲨鱼的生死考验面前，从最初的暗自较劲变为了彼此欣赏，让人体味到了海洋的宽广和迷人。后来他陆

续发表的《龙兵过》《瘦龙岛》《金色的海浪在跃动》《芦花虾》等海味浓郁且风格迥异的作品，则延续了《迷人的海》的主题，持续带给读者强烈的“生命力”震撼。

卢万成乃本土作家，与我亦师亦友，他的小说耳熟能详。在《北海潮》《渔家傲》《男人的海》《木罗鱼之火》《豹子江之声》《观音》等脍炙人口的作品中，硬汉式的赶海人、诚实本分的老渔民、苦苦挣扎的渔寡妇、铁骨铮铮的流浪汉等鲜活的人物形象跃然纸上，生活气息十分浓郁。他的《芝罘旧夕阳》虽然没有直接写海，魂牵梦绕的还是他生于斯长于斯的海边小城，他熟悉那里的每一条街巷，还有那海风中的咸腥。

那次接风宴，笔者有幸忝列末座。席间自然是各路海鲜，邓刚感到亲切，说这里与大连獐子岛上的馆子是一个模子里倒出来的。两位大名鼎鼎的作家不仅是食客，也是业余烹饪高手，不知怎么就谈论起了陆文夫先生那篇著名小说《美食家》，交流起了自己的烹饪体会。

黑鱼焖豆腐上桌后，我插话道：常言说“千滚豆腐万滚鱼”，我觉得这话不太靠谱，若是鲜豆腐长时间咕嘟嘟地在锅里滚，一定会布满蜂窝眼，如同冻豆腐一般，本色尽失。

老卢说有道理，你看汪曾祺的美食散文《豆腐》，南北东西，豆腐的各式各样的制作和烹调方式几乎写遍了，真正言及“千滚”的，只有文火慢炖的

“砂锅豆腐”。

如今北方的馆子里，这道菜肴中，豆腐前面大都添加了个“老”字。这个前缀易生歧义，让人以为炖的时间长了，就成了老豆腐，其实不然。汪先生说，这个“老”字是相对豆腐脑或南豆腐而言。“千滚豆腐”说到底是为了便于入味儿，其实只要将豆腐掰成不规则状，不要切得溜光水滑，味道自然就吸附进去了，未必需要“千滚”。更多的时候，豆腐还是以鲜嫩为美，这样才适合大多数人的口感。

邓刚说，鱼亦如此。海鲜的特点也是鲜嫩，鱼若万滚，肉质也易发柴。真正需要千滚万滚的，乃红烧或是清炖的猪牛羊肉及鸡鸭鹅，尤其是其中的筋头巴脑，时间短了还真是咬不动。

我的熟人中，有两位理工科背景的女性，都是恢复高考初期入学的，智商一流。不过其中一位却对味精极为恐惧，大力向我推荐鸡精，然而她却没有搞清楚味精究竟为何物？

19世纪中叶，德国人雷特豪在小麦面筋中首次分离获得了谷氨酸；1908年，日本人池田菊苗又从海带中分离出了该类物质，而且发现谷氨酸中的钠盐具有鲜味，第二年开始生产以谷氨酸钠为主要成分的“味之素”，味精由此诞生，如今则多以谷物类淀粉通过微生物发酵提纯生产。

后来由于有过味精不安全的报道，不少人畏之若虎，其实是缺乏依据

的。许多国家的科学家，都对味精的安全性进行过深入研究，证明其有益于人体健康。若非如此，谷氨酸钠也不会大行其道。其实如今你就是想躲也躲不掉，譬如酱油、豆瓣酱、榨菜、火腿、方便面甚至炒瓜子，都是以其作为“鲜味之源”的。

我对那位朋友说，你仔细看看鸡精的配料表，主要成分就是谷氨酸钠，至少占40%，此外则为食盐、白糖，以及鸡肉粉、鸡味香精和辛香料等。鸡肉粉是从鸡肉汁液中加工提取的，在鸡精中的含量少之又少，否则就不会添加鸡味香精了。那种增味剂恰恰是所谓高科技狠活，非天然成分。

如今的蔬菜水果，农药残留也令人头痛。另一位热情的女性向我推荐了“蔬果净”，成分表中，赫然标明皆为食品级原料。

蔬果农药大都为脂溶性的，因为水溶性的略有风流就流失了，难以起到长期杀虫的效果。脂溶性的则历久不衰，成本低廉且收效显著，但是去除农药残留又成为难题，仅仅依靠清水冲洗是难以去掉的。

食品安全学者刘春光告诉我们，研究表明，若想尽可能达到安全目的，碳酸钠，也就是通常说的苏打或谓纯

碱，以及弱碱性的碳酸氢钠，或曰小苏打稀释后浸泡蔬果十五分钟左右再用清水冲洗，效果就不错，当然氯化钠（食盐）稀释也有差不多的作用。在此基础上再辅以冷焯或是热焯，90%以上的农药残留都可以去除。如果是根茎类的蔬菜，去皮则是最好的办法。

我笑着挖苦那位大学化学系毕业的女性，说别人倒也罢了，以汝之专业背景向我宣传蔬果净，莫不是转行搞推销了？其实，她是被那些原料中十分唬人的植物提取物吸引了，我不敢说它们没有去除脂溶性农药的功效，

当然现代食物链上，化学合成的食品添加剂只要符合标准，也无大碍。不过我还是愿意选用味精，起码它的成分纯粹单一，无非就是从玉米或是大米中提取的。

喜欢鸡精无可非议，但是其中若无谷氨酸钠的骨干作用，鸡精恐怕就没有鸡精的味道了，噱头还在那个“鸡”字。这个名号用得讲究，吊足了人们的胃口，想想鸡汤的鲜美和鸡肉的嫩滑爽口，许多人自然就对鸡精趋之若鹜，殊不知那里面几乎没有鸡的成分。

与味精相比，若再考虑用量的因素，鸡精的价格要高出好几倍。当然不差钱倒也无妨。

想来即使有也是微乎其微。真正起作用的还是食盐、碳酸钠和碳酸氢钠这些成分，剩下那一大堆看似高大上的东西，更重要的意义在于可以提高产品的价格。

余乃布衣，习惯花较少的钱办较多的事儿。功效差不多的情况下，既然食盐、碳酸钠或碳酸氢钠就能解决问题，何必舍此求彼？说到底，还是认知问题。

从烹饪中的“千滚豆腐万滚鱼”引发出诸多联想，似乎扯得有点远。不过，回归常识看似简单，其实任重道远。

诗歌港

秋痕

陆汉洲

当秋风扫过枝梢
褪去胭脂的树干
在夕照中伸展成
倔强的墨迹

曾经栖满鸟雀的华盖
如今坠落于泥土
静默流转
那些美妙的光影
随叶脉
碎成齑粉

哦，飘散的
何止是绚烂
当秋霜爬上地表
连影子也学会
用减法行走

挺立的不再是高度
而是骨骼与风
一场对话之后
留下一个美丽的童话

哦，如果必须坠落
那就学
那一枚最后的秋叶
在失重中旋出
拒绝哀伤的曲线

旷野开始低语
每道裂纹里渗出
被蝉鸣浸泡的夏日
还有更早的春光

根系在黑暗中计数
被年轮中断的乐章
泥土收藏的印记
比记忆更绵长

候鸟飞越的弧线
在天幕留下银针
缝补未完成的告别
云朵拆解成
美丽的纱巾

树干内的时刻表
停驻在某个雨夜
汁液凝固的琥珀
包裹着未降落的吻

有人走过林中小径
披着一身碎光
脚印被落叶覆盖
如被擦拭的誓言
恍若经历了一场
温柔的残酷

树皮剥落处
渗出晶莹的松脂
那是树最原始的
泪滴

哦，当西风卷起残叶
在夕照中舞动
最后的华尔兹
终将被夜幕覆盖

小草

刘广亮

生来辅春艳，
死去御冬寒。
无名卑微身，
刻刻碧青天。