



凤庆核桃糖

□ 庄文勤

滇西凤庆县是家乡盛产山核桃的地方,家家户户、房前屋后、山坡峡谷、田边地头没有不种核桃的,是闻名全国的优质核桃生产基地,被国家命名为“中国核桃之乡”。明朝著名地理学家、大旅行家徐霞客在其《徐霞客游记》里对顺宁(凤庆)的核桃曾作过这样的叙述:“郡境所食、所燃皆核桃油。其核桃壳薄而肉嵌,锥碎蒸之,辄敲为油,胜芝麻、菜籽者多矣”。1999年,美国加州核桃委员会主席巴顿先生专程到凤庆考察,也评价说:“山高路险,自然生长,纯天然,无病虫害,是世界上品质最好的核桃”。

三四月份凤庆核桃叶才露出小小的几片乌红的嫩芽,核桃树上就开了花,那花是一串一串的,长长的像毛毛虫悬挂在树枝上,和花实在有点搭不上关系。几场细雨之后,花谢了,满树都长出了碧绿的叶子。山坡上,平地里,房前屋后,仿佛涌出了一片片绿色的云。在酷热的夏季里,核桃的果实迅速吸收着水分和营养,小小的青果渐渐地饱满变大。在大暑、立秋节气左右,核桃的果仁基本成型,此时果仁、果衣还都是软的,尚未完全成熟。临近白露,原先外面青色的厚壳已经渐渐变黄,并向四周

炸裂开口,果实就渐渐裸露出来。每到这时,松鼠便在核桃树上上串下跳,开始与人们一起争抢果实。于是,乡亲们打核桃的序幕便拉开了。

小伙子们爬上树顶,从上到下,连摇带晃,那裂了口的、熟透了的核桃连壳带果的就掉了下来,摇不掉的就用竹杆打。一竹杆打下去,只听得“哗哗”的声音,核桃象电子一样纷纷落下。核桃在树枝树干上东碰西撞后再重重地落在地上,早已是壳果分了家,那赤身裸体的核桃果儿有的裸露地面,有的则藏入深沟草丛。机灵的孩子东瞧瞧、西找找,这边草丛里,那边水沟旁,一会儿就拾得一大堆。

核桃背回家后,先将脱开壳的核桃选出直接放入簸箕、炭筛之类的东西慢慢晒干,而那还没有脱壳的青果则要堆在一起放上十来天就会自然与壳剥离。这时,只要用刀砍上一个口轻轻一撬,那赤裸裸的核桃果儿就掉了出来。

在家乡,吃核桃的方法特多,可烧着吃,外壳不必砸开,只需放在火旁,经过烘烤,核桃的油脂分泌出来,异常的香。把鲜核桃仁捣碎,将鲜辣椒在烧红的碳灰里烧熟洗净切碎,用盐混合凉拌,不仅美味,而且开胃、健



胃。还可以用做调料做花卷,将核桃果仁捣碎后,和盐、葱花、熟油搅拌在一起,将面拉成长条形,将拌好的核桃仁涂在馒头上一扭一压蒸熟,果仁的香味遍布花卷,吃起来香油可口。

而我最爱吃的是核桃糖。说起凤庆核桃糖,首先会想到糖稀。糖稀是我至今的顽固记忆,无法用理智的味蕾分析其内在的品质。糖稀是一种甜食,用玉米面、大麦芽等熬成,粘稠状,呈黄黑色。玉米是滇西的特产,它的甘甜很能讨好滇西的土地,在五六十年代,糖稀是对白糖严重匮乏的一种补偿,却意外与核桃结亲,成为那个年代里特有的风景和味道。

喜食黏食,缘于祖先早年间打仗不便生火做饭,而黏食不易消化,非常抗饿,且可以事先冻好,便于携带。如此延续下

来,便成了滇西的特色食品。核桃糖是黏食中的一大重点。

早年的核桃糖用核桃仁、芝麻、糖稀烩制,用一口大铁锅将核桃仁、芝麻炒熟了,搓去核桃仁皮,拿饭勺一下一下均匀地摊开,摊开好一层,上面掺一点糖稀,使其有点儿甜味。如此反复几次,将其冷却,核桃糖就制成了。

凤庆核桃具有品种优良、桃仁饱满、壳薄体大、香脆可口、出油率高、粗纤维多、营养丰富等特点,是上乘绿色食品,堪称“万寿果”“状元桃”。核桃糖是大众喜爱的小食品,它富含蛋白质、脂肪酸、B族维生素、维生素E、钙、镁、硒等营养元素,可防止细胞老化,能健脑、增强记忆力及延缓衰老,减少肠道对胆固醇的吸收,滋润肌肤、乌黑头发等功效;同时,有缓解疲劳和压力的

作用。

核桃味甘、性温;入肾、肺经;可补肾固精、温肺定喘、润肠通便;主治肾虚喘嗽、腰痛脚弱、阳痿遗精、小便频数、石淋、大便燥结。而黑芝麻含有大量的脂肪和蛋白质,还有糖类、维生素A、维生素E、卵磷脂、钙、铁、镁等营养成分;其所含有的维生素E尤其丰富,维生素E能促进细胞分裂,推迟细胞衰老,常食可抵消或中和细胞内衰物质“游离基”的积累,起到抗衰老和延年益寿的作用;黑芝麻作为食疗品,有益肝、补肾、养血、润燥、乌发、美容作用,是极佳的保健美容食品。

核桃糖也是孩子们冬季的上佳零食。晚上饿了,就切几块来吃,要香味有香味,要甘甜有甘甜,要滋补有滋补,要多惬意有多惬意。

掰玉米

□ 樊进举

农历八九月,玉米便可以收了。虽说是农人们充满喜悦的时节,但也是一年中最紧张繁忙的时节。

上世纪六七十年代的中国农村,秋收不像现在,专业的收玉米机突突地开进地里,不大一会儿功夫,连收再切杆,就可以轻轻松松地装上车子拉回家里。那时,收玉米的方式基本上还很原始。

人们常说虎口夺粮,是指麦子到了一定的时候,必须尽快收割,不然不经意间遭受一场暴风雨,其收成就会损失大半。收玉米也要抢时,趁着柄基还没有失水,掰起来容易。通常是用左手把住基部,右手握住棒子稍微向下一压,只听“啪”地一声就下来了,声音清脆的就像一把利刃的镰刀在削萝卜。再迟,柄基变得又绵又韧,就不容易掰了,其粒重也随之减轻。

掰玉米通常在早晨或者黄昏,那时天气凉爽,若到了正午,多毛的玉米叶子便成了一把把锋利的刀,弄得脸上、脖子上一道道血口子。再加上身上的汗水粘满了玉米缨子,奇痒难忍。因而掰玉米是一件

很苦很累的活儿,需要相当的力气与耐劲,实在没什么好玩。现在回想起来,也只有掰玉米杆吃让人回味。有一种紫皮密节的最好,味道甘甜纯正,怀抱一大捆甜杆,边走边走,若遇上坡路还可以作杖,虽然背上沉甸甸的玉米棒子,有甜甜的玉米杆儿,也不觉得累。

玉米背回来,倒在院子里,夜晚,一家人便围了那堆小山似的毛棒撕皮,用一截尖木片挑开皮口,往两边一拨,褪到基部,理去须子,一手攥紧玉米棒,一手捋住皮往旁一掰,一颗又粗又长、光溜溜的棒子就托在手心了。细看那玉米,感觉是很特别的,黄金一样灿烂纯净的颜色,玉璧一样光洁温润的质地,婴儿乳牙一般又细又密,整整齐齐排列,安详地躺在手里,文静地浅笑,笑容里全是阳光的味道。

剥下来的光溜溜的玉米棒子往往被拴成一束一束,一排一排垂挂在柱子上,像是清瘦柱子的黄金饰物,又像是挂的一串串灯笼,它们和窗格上的红辣椒高低错落,交相辉映,把青瓦下空空荡荡的日子,装饰的很饱满,很温情。

色香味宝



过江鱼

◀ 食界传奇

毛血旺

毛血旺以鸭血为制作主料,烹饪技巧以煮菜为主,口味属于麻辣味。起源于重庆,流行于重庆和西南地区,是一道著名的传统菜式。这道菜是将生血旺现烫现吃,以毛肚杂碎为主料,遂得名。毛血旺是重庆市的特色菜,也是渝菜江湖菜的鼻祖之一,已经列入国家标准委员会《渝菜烹饪标准体系》。

关于毛血旺由来有个典故:20世纪40年代,沙坪坝磁器口古镇水码头有一王姓屠夫

每天把卖肉剩下的杂碎,以低价处理。王的媳妇张氏觉得可惜,于是当街卖起杂碎汤的小摊,用猪头肉、猪骨入老姜、花椒、料酒用小火煨制,加豌豆熬成汤,加入猪肺叶、肥肠,味道特别好。在一个偶然机会,张氏在杂碎汤里直接放入鲜生猪血旺,发现血旺越煮越嫩,味道更鲜。这道菜是将生血旺现烫现吃,遂取名毛血旺。“毛”是重庆方言,就是粗犷,马虎的意思。