

## 水竹豌豆凉粉: 母亲手作里的诗意烟火

通讯员 周菊

无论岁月如何流转,在我心灵的一隅,始终珍藏着一道特殊的美食——母亲用新采收的豌豆做成的凉粉。那是一抹来自童年的独特味觉记忆,是时光深处泛着温润光泽的守候,是独属于我的美味乡愁。

我的老家在永善县水竹乡,曾经,守着土地过日子的人很多,外出打工的很少。每逢赶集日,集镇上便热闹起来,精心打扮的年轻男女穿梭其间,但更多是背着背篓的乡亲。赶集可是年轻人的最爱,这一天不用干农活,他们早早起床,收拾打扮后,背上家里的东西就往街上跑。与其说是走几个小时山路赶集卖农副产品,倒不如说是盼着在人群里寻一段缘分,或是与心上人来一场偶遇。没有电话传情,全凭“或许能见到你”的念想,将对视的瞬间、交谈的只言片语酿成心底最甜的蜜。年轻人贪玩,总要天黑才肯回家;而大人们卖完东西,匆匆置办完生活必需品,便踏上蜿蜒崎岖的归途。人们往往能在街上遇到熟人,多看上几眼或者说上几句话,便足以温暖往后许多岁月。

若说赶集是日常的热闹,那端午节便是一年中最盛大的狂欢。我的老家有很多苗族村寨,每逢端午,乡政府都会举办“花山节”,端午节也就更加热闹了。这一天,你可以看到骑马、射箭比赛和苗族绣艺评比,聆听芦笙演奏,还能观看舞蹈表演。街上人山人海,热闹无比,处处都充满着欢声笑语。

人多了,小本生意自然也就红火起来,做买卖要比平时容易得多。大家逛累了、玩饿了,就会停下来歇歇脚,吃点东西,然后继续游玩。母亲每年都会抓住这个机会,赶在端午节前后,用家里的豌豆做成豌豆凉粉,然后背到街上售卖。卖完凉粉,就用赚来的钱买些油、盐之类的生活必需品。

那些年,为了端午节卖豌豆凉粉,全家人从豌豆播种时就开始计划和忙碌。因为,豌豆凉粉卖得好的话,母亲除了能维持家庭的花销外,还能攒下我们的学费。所以,母亲对每年端午赶集这件事格外上心。

寒露时节,玉米即将成熟,豌豆苗已在玉米地里悄然生长。记得上小学时的周末,父母在地里采收玉米,我和弟弟便比赛掐豌豆尖,看谁掐得多。刚长出来的豌豆尖很瘦小,我们再怎么努力掐,等到父母叫我们回家时,豌豆尖也装不满书包。不过,当天的晚饭桌上一定有我和弟弟掐的豌豆尖。待到第二茬的豌豆尖长起来,茎叶肥嫩厚实,很容易掐,所以我们都喜欢掐“二道”豌豆尖。

春节前,被掐过的豌豆藤又抽出了很多新芽。过了年就不能再掐了,得留着藤蔓结豌豆荚。家境好些的人家会给豌豆施肥,我家买不起肥料,就任由它们自然生长。就这样,我们一天天地看着豌豆开花、结果。豌豆开出的花有白色的,也有浅粉色和淡紫色的,很好看。天晴时,我们姊妹几个总会围着豌豆花,看蝴蝶在花间跳舞,憧憬着豌豆凉粉的味道。

每年芒种前后是采收豌豆的时节。天晴时,母亲总是一大早就下地,将豌豆秆连根拔起后,背回家挂在屋檐下的架子上晾着。遇上大晴天,母亲早早地起

床打扫院坝,然后把架子上的豌豆秆铺在坝子里暴晒。待到下午三四点,豌豆荚早已晒得焦脆,轻轻一碰,豌豆就会蹦出来。这时母亲就会拿出“连枷”(用绳子连接两根木棒,中间留20厘米间隔)反复翻打,只见她握住一根木棒用力往下一甩,另一根木棒就拍打在豌豆荚上,豆粒应声而落。用“连枷”可是一门技术活,我们最初帮忙时,总是会把“连枷”甩到自己头上,有时还会砸出一个包来。而母亲每次都能精准地将“连枷”砸向她想要砸的位置,那利落的动作,看得我们既羡慕又佩服。

豌豆脱粒后,母亲会将豌豆和豆荚渣一起收好,待到晚上再细细筛出饱满的豌豆粒。看着这些圆润的豆子,我们知道,距离端午节做豌豆凉粉的日子越来越近了。

端午节前一天,母亲便为第二天赶集卖豌豆凉粉做准备。先要泡发豌豆,洗净赶集用的小板凳,备好姜、葱等调料。泡发的豌豆需要在石磨上加水磨浆,磨得越细,出粉率越高,做出来的豌豆凉粉才筋道。磨好的浆要用纱布过滤,然后烧一大锅开水,将滤好的豆浆缓缓倒入锅中匀速搅拌。这些工序都是有技术含量的活,火候要掌握好,搅拌均匀,就连搅动的方向都有讲究,若哪道工序没到位,凉粉的口感与品质便会天差地别。

我们围在灶台边,看着母亲在煤油

灯昏黄的光晕里忙碌。她将雪白的豆浆徐徐倒入沸水中,蒸腾的热气模糊了她的面容,却遮不住她额头上细密的汗珠。父亲在一旁打下手,把煮好的凉粉舀进盆中,再放入冷水里定型。接下来就是准备调料:洗净姜、葱、蒜,炸好油辣椒,那些年很少有人家买得起陈醋,母亲就用家里的老坛泡菜水代替。一切准备妥当,母亲还要反复检查,确保无遗漏后才肯安心上床睡觉。

第二天,天刚蒙蒙亮,母亲就起床了。她叫醒我们,背上沉甸甸的背篓,催促着我们往街上赶去。走了一个多小时的山路,再走两公里平坦的乡道就到了集市。顾不上喘口气,母亲放下背篓后就赶紧去占了一个好位置。“位置好卖得快”,她一边念叨着,一边支起桌子,打来清水把桌面擦得锃亮。摆好从家里带来的几个凳子,她又开始切姜、葱、蒜,接着摆好调料,最后将盆里的豌豆凉粉倒在案板上,手法娴熟地开始刮凉粉。只见浅黄色的豌豆凉粉被整齐地码在碗里,撒上翠绿的葱花、嫩黄的姜末、雪白的蒜泥,再浇上一勺油辣椒,一碗色香味俱全的豌豆凉粉光是摆在那儿就让人直咽口水。我们眼巴巴地盯着豌豆凉粉看,母亲笑着赶我们,让我们去看表演,她守着摊子。

跑累了、玩累了,我们时不时地跑回母亲身边,叽叽喳喳地讲述着看到的趣

事。见母亲忙不过来时,我们就懂事地帮忙收拾碗筷。年幼的我们只顾着玩耍,全然没注意到豌豆凉粉卖得少时母亲脸上的愁云。如果刚好是晴天,赶集的人多,母亲做的豌豆凉粉总是卖得特别快。她做的豌豆凉粉口感好、分量足,常常赢得食客们的称赞。如果碰上雨天,豌豆凉粉卖不完的话,母亲就只得把剩下的豌豆凉粉背回家。这时候,我们几个孩子就能饱餐一顿,吃上心心念念的豌豆凉粉了。母亲总会乐呵呵地看着我们,打趣道:“幸好没有卖完,不然哪来的豌豆凉粉喂饱你们这群小馋猫!”我们让母亲也吃,她却总是等我们都吃饱了,才肯动筷子。

后来,我过了很多个端午节,也吃过很多凉粉,可总觉得缺了点什么。那些年,一家人围着灶台忙碌的身影,母亲在集市上守摊时专注的模样,还有那碗浸透着阳光与汗水的豌豆凉粉,在记忆里酿成了最醇厚的乡愁。

如今,母亲再也不用为生计奔波,吃凉粉也成了再寻常不过的事。每当想起过去的岁月,我的心中总会涌起一股暖流,既感谢父母用勤劳的双手为我们撑起一片天,又庆幸生活在这样一个美好的时代,那些曾经的艰辛都化作岁月里珍贵的回忆。

那碗豌豆凉粉,既是舌尖上的美味,也是永远割舍不断的乡愁,还是镌刻在生命里的温暖印记。

## 水富油煎草草粿: 从果腹之选到舌尖珍馐

通讯员 杨长亲文/图

在素有“七彩云南北大门”“万里长江第一港”“温泉之都”之称的水富,有一道令人垂涎欲滴的天然绿色美食——油煎草草粿。

草草粿,顾名思义就是以草本植物和粮食为原料制作而成的粿粿。因地域、草料选用、配比及做法不同,各地草草粿的风味、形态、口感各具特色。水富草草粿选用的草俗称清明草,学名鼠曲草、鼠麴草。鼠曲草有益于身体健康,据《名医别录》记载,鼠曲草原名鼠耳,是一味传统中药材。《本草纲目》亦载其具有“保肝、润肺、祛湿、消炎”的功效,能化痰止咳、祛风除湿、解毒。

手工制作草草粿看似简单,实则工艺考究、工序复杂。从外出采摘鼠曲草、回家清洗处理开始,需经历配粉、掺糖、加草、揉面、上甑蒸制、舂捣,再到揉团、摊饼、油煎等工序,往往需要耗费大半天时间才能制作出地道的新鲜草草粿。

草草粿要经过“千锤百炼”才好吃。以前,打草草粿要用到一种特别的器具——石臼(俗称“碓窝”)。在电力尚未普及的年代,农村每家每户都有石臼。小石臼主要用于舂捣蒜泥、花椒面、辣椒面等调味料;大石臼则专门用来舂捣糯米、红薯、马铃薯等大批量食材,或是制作糍粑、草草粿等传统美食。

草草粿糯与不糯、黏与不黏,除取决于糯米粉与大米粉的配比外,关键还在于“打”的工序是否到位。打草草粿就是将蒸熟的鼠曲草、糯米粉等原料倒入石臼中,双手紧握木质“T”字形碓反复捶打,使糯米粉、大米粉、红糖和鼠曲草充分融合,直至形成无颗粒的黏稠团块。

由于草草粿原料中糯米粉的比例较高,在舂捣过程中,要么米粉黏在碓槌头部,槌头越来越重,要么槌头被米团牢牢黏住难以提起。因此,打草草粿是一件很费劲的事情,常常需要两人协同配合、轮换舂捣才能高效有序进行。

随着农村生产生活条件的持续改善,方便实用的家用电器走进了千家万户,石臼逐渐退出了历史舞台,成了“老物件”,也成了老一辈人的乡愁记忆。然而,再好的电动厨具也有美中不足的地方。在农村,至今还没有哪一款电动厨具能真正替代碓窝和碓槌,做到人工舂捣草草粿的质地和口感。

面对石臼淡出的现状,如何才能吃上纯手工舂捣的草草粿呢?人们将蒸熟好的原料装入布袋中,扎紧袋口,置于干净、平整的地面或其他平台上,用木棒或木槌反复捶打。原料比较少时则倒入钢盆中,用玻璃瓶等器具反复碾压。不管



鼠曲草。



油煎草草粿。

是装袋捶打,还是在盆中碾揉,只要用足力气、下足功夫,同样能达到在碓窝中舂捣的效果。

煎制草草粿也是一项精细活,不但要控制好火候、油温,还要不断观察草草粿色泽的变化,适时翻面,确保草草粿不糊。刚出锅的油煎草草粿油润不腻、外酥内绵、清香扑鼻、满口甜糯,是嗅觉、视觉和味觉的综合享受。

据说,草草粿起源于我国西南地区,其食用历史可追溯至汉代,最初是为缓解食物紧缺而出现。那时的草草粿野草多、主粮少,只是为了填饱肚子而已。在物资匮乏的年代,能食用含少量主粮的草草粿已十分难得。我已故多年的爷爷奶奶曾说过,他们为了生存,小时候吃过酸姜头粿、算盘籽粿、蕨根粿,这些粿里面没有一点主粮,全是野生植物的果实或根茎。

作为草草粿的核心原料,鼠曲草素有“草中燕窝”的美誉,多生长于低海拔湿润地带。水富地处金沙江、横江、长江三江交汇地带,气候湿润、雨量充沛、土壤肥沃,为鼠曲草提供了绝佳的生长环境。水富油煎草草粿选用野生鼠曲草为原料,不仅品质优良、清香浓郁,还绿色健康、无污染。每年清明时节,除了回乡

祭祖的人外,田间地头随处可见采摘鼠曲草的人。

鼠曲草作为季节性植物,仅在春秋两季生长。但随着冷藏技术的不断发展,鼠曲草的保鲜期越来越长,如今部分以草草粿为主打品牌的特色小吃店,一年四季都储备有鼠曲草。草草粿虽然很常见,可正宗的新鲜草草粿却不常有,错过当季至少要再等半年。

水富草草粿以春季鼠曲草为原料。春季鼠曲草叶厚茎壮、鲜嫩无黄花,自带一股清香。亦有选用已开花的秋季鼠曲草为原料,秋季鼠曲草以花为主,辅以嫩叶和嫩茎,黄花与嫩叶交织于粿中,颜值颇高。集市上售卖的草草粿有两种,一种是现煎现吃的热食成品,另一种是便于携带的条状半成品,食用前需先将其切成0.3厘米至0.5厘米厚的片状,再根据个人的口味需求,选择猪油、菜籽油,或其他食用油进行煎制。

草草粿历经数千年演变,已从最初的果腹之物蜕变为一道季节性特色小吃。它不仅凝聚着先辈们的生存智慧,也见证着华夏饮食文化的不断发展与创新。水富手工油煎草草粿风味独特、香气诱人、黏韧筋道,集脆、香、甜、糯、柔于一体,吃上一口,便令人难忘、回味无穷。

一到腊月,乡间的农家院坝里,孩子们就开始唱灯谜,一直唱到除夕,唱到大年初一。那些被孩子们背得滚瓜烂熟的灯谜,谜面和谜底都不再新鲜,往往是谜面还没唱完,就有人说出了谜底。每年春节,人们都会听孩子们唱“一群鹅,赶下河,漂的漂,落的落”,谜底大家都知道,是汤圆。不过,没到过镇雄的人可能不知道,镇雄汤圆的形状和品质与其他地方大不相同。

乡间,农人们从腊月二十一一起就开始准备包汤圆的材料。罗坎、母享的糯米远近闻名,一到腊月就被来自全县各地的人抢购一空。将糯米放入碓窝中舂成米粉,用筛子过滤后的糯米粉雪白细腻,加点开水调制成糨糊贴对联,三五年都不会脱落。将糯米粉储存在木箱里,放在火炉旁,保存3个月也不会发霉。备好糯米粉,人们就开始准备包心。镇雄汤圆的包心主要有两种:苏麻和富油。苏麻包心做法简单,将苏麻春碎后放入熬制好的红糖水里搅拌均匀;富油包心则复杂得多,通常是将猪板油熬成油渣,与橘子皮、红枣一起剁碎,再加入蜂蜜、红糖和芝麻,反复揉搓至软绵绵的一坨方可用于包汤圆。

汤圆是中国的传统小吃,通常以圆形为基本形态。然而,镇雄汤圆却独具特色,呈三角形,故被称为三角汤圆。关于其来历,当地流传着这样一个传说:镇雄多山,世代繁衍生息于此的老百姓大多过着靠山吃山的日子,为祈求风调雨顺和山间物产更加丰富,人们往往会在春节期间将汤圆捏成山形,作为供奉山神的祭品。岁月流转,这种大山形状的三角汤圆逐渐演变为当地特色小吃。另有民俗学者认为,镇雄汉族移民最初迁徙到这里时,为了与当地的彝族和苗族同胞交好,特意将汤圆做成三角,以此象征3个民族的团结与和谐。无论传说还是考证,都体现了劳动人民的智慧。三角汤圆的制作看似简单,实际上不易学会。农村姑娘在出嫁前往往要学习两三年,才能将汤圆包得精致、漂亮,且在速度上赶上别人。

镇雄人年节待客,多以汤圆作早餐。在镇雄的大多数地方,人们用独特的方言称呼食物:吃肉叫“吃海椒”,吃豆花叫“吃

窖水”,吃汤圆则说“吃开水”。清晨时分,男主人便扯着嗓子喊道:“娃儿家妈,快生火,包些开水吃。”见客人碗中的汤圆将尽,主人总要劝道:“再吃几个开水嘛,咱们农村人,也找不到什么吃的……”

三角汤圆不仅好看,还好吃,具有补虚养血、健脾开胃的功效。但由于糯米粉不易消化,加之包心又用猪板油等高脂肪食材制作,吃多了容易引起消化不良。在镇雄,三角汤圆随处可见,就连麻辣烫店和烧烤摊都会兼营。县城里的箱子街、盐行街、董家湾等地,更有专门卖汤圆的小吃摊。有的人常常不吃晚饭,待到天黑时,往小摊上一坐,点上几个汤圆慢慢品尝,而后缓步归家。

在农村,新姑爷来拜年时,常会遇到爱开玩笑的大舅嫂或小姨子。她们或悄悄地往碗里多添几个汤圆,或一人摁住新姑爷碗底的手,另一人使劲往碗里添加,直到碗里的汤圆堆得像山尖上终年不化的积雪。面对这般情景,新姑爷虽窘迫不已,却也只能硬着头皮囫圇吞下,吃得直打饱嗝。一大碗汤圆下肚,往往一整天都不想吃饭。

### 镇雄三角汤圆:

### 乡间食韵里的团圆密码

通讯员 碎金文 刘波图



三角汤圆。