

春天来 谈谈春膳吧!

春膳如果就字面上来看,指的只是春天的食物,春天时,人的身体进入新的循环,需要的是可以阴阳交合的食物,许多地方的人都主张春天要多吃野菜,让血液清洁。日本人在春天时入山去采山菜,可渍可煮可炸成天妇罗;意大利人春天会准备大量的茴香,水煮后捣成泥状加橄榄油吃,对人体有猫吃猫薄荷的效果;中国人春天会吃艾草,制成艾草团、艾草糕、艾草饼,也可让身体净化;法国人到春天就等着吃白芦笋,形状很性感的白芦笋蒸熟了,浇热奶油吃下去入口即化,像春天的吻。

春膳也可以有四季循环大地新生的神圣意义,在天主教国度中,春膳亦指牺牲的祭品,我曾在希腊吃过春日复活节的烤羔羊,那些小小羊儿即是代替人类作为祭神之物的。但现在大家都忘了替罪羔羊这一说法了,只会大啖羊肉不亦乐乎。烤羔羊时加入的香草如迷迭香、百里香等,也都具有镇定心神的效果。

春膳亦有让生命回春之意,智利小说家阿言德写了一本书,大谈吃了会让人春心大动的食物;许多西方人认为吃了会春情发作的食物都和女性身体的形状有关,也都崇尚新鲜,像草莓、无花果、葡萄、苹果,都是生命之果,能带来生命的活力。西洋人的春膳是以女性的乳房作为生命的源头,起于女神崇拜的传统。

奇怪的是,中国人认为吃

了会回春的食物却大都和男性身体的形状有关,也有一些是干巴巴发皱的东西,像人参、当归、干淮山,这些中药材都具有助阳固精的作用,能起阳回春。中国人的春膳特别强调男性的阳具,和东方父权文化的价值不无关系,对中国人而言,男人回春可比女人重要了。东西方的春食真是东西有异、男女有别。

春膳一字,仔细看字,春中有日,膳字繁体“口”一拆是食有善,古人造字真是蕴藏智慧。春天时日头回到人间,大地百草回生,都需要日光之善;春膳亦可从自然生态的观点来看,就是要善食,所谓食之有善,即依节气而生长的食物,一定符合天地之善,例如春天宜种豆,因此吃各种的豆芽,如黄豆芽、黑豆芽、蚕豆芽、绿豆芽都有利于身体的平衡,春天生长的荠菜、马兰头、枸杞菜、香椿头、蒲公英都是可以清热解毒、滋补肝肾、凉血明目的春之善食。

中国古代江浙一带人家有七草粥的春膳,即用春日七野菜熬粥,是道家养生的圣品,但不知此食俗为什么消失了,反而在保存吴越食风的日本京都还有春日七草粥。台湾民间最重要的食膳即清明的润饼,亦是源自于唐人春日吃五辛春盘的食俗,在春天时吃葱蒜等五辛加上芽菜、包心菜、豆干丝、蛋丝、肉丝等等卷起来的润饼春卷,是最富春天意境的春膳。

浮云



征集启事:

现代快报《美食休闲周刊》长期向读者征集美食心得与体悟,在这里,您可以将您与美食的或好玩、或温馨的故事与大家分享,让更多热爱美食的朋友体会您的乐趣。请将美文与图片发送至 penglingmei@yahoo.cn,现代快报《美食休闲周刊》彭凌梅收,稿件一旦录用,您将获得价值一百元的元祖蛋糕券一张。

江鲜最本味 就在江老大

古语有云,“大巧不工”,应了这个道理,最好的食材其用最传统、最基本的方法来做,反而是最美味的。因此,不顾工艺的烦琐,坚持用传统方法做江鲜的“江老大”受到不少南京爱品江鲜者的热爱。

江鲜宰杀、烹饪都极讲究

江老大做江鲜的厨师都是厨龄超过10年的!江老大曹总告诉记者,因为做江鲜比一般的烹饪要求的技术含量高,想短时间内学会或是投机取巧是很难的。江老大的厨师在宰杀刀鱼上有一手绝活,仅用一根筷子就能将鱼肠、鱼胆有技巧地捅出,保证做到全鳞,卖相极好。记者有幸一见,真是相当开眼界!

而在烹饪方面,要使用传统的原料,江老大厨师在烹饪刀鱼时,基本只使用最简单的四种辅料,就是油、盐、葱、姜。江老大烧河豚的师傅是从扬中聘请过来的,原因无他,扬中人是烧河豚最专业的。

刀鱼、菊黄豚、江蟹大受欢迎

无论从江边小店、前身“江阔渔馆”,还是在喧闹的市区,江老大始终秉承货真价实,始终用最传统的制作工艺为食客奉上最传统的江鲜美味!

据江老大迎宾楼的徐经理告诉记者,江鲜仅三月份这一个月的营业收入较平常就提高了20%以上!其中,刀鱼、菊黄豚和江蟹为此做了极大贡献。江老大曹总十分自豪地说:“我们做的刀鱼十分鲜嫩,用筷子夹着一正一反拨弄,鱼肉就自动从鱼骨上滑落下来了。”

野生江蟹是老食客必点菜肴,江蟹汤汁红艳粘稠,扑面而来的香味让人等不及夹起一块送入口中,只觉江蟹味美肉香、滑嫩爽口。



秧草烧河豚



大王蛇焖斑鸠



砂锅江时蔬

江老大

扬中河豚江鲜美食节

独家经营鲜活鲥鱼

五大名菜

扬中名厨

江鲜大哥大



红烧野生江蟹

地址: 丹凤街唱经楼西街1号

订餐电话: 025-57717797