



母亲做的鲜美可口饭菜

□ 樊启俊

度,还把动物油或者植物油炸熟以后撒放蔬菜表面,名为“浇名油”。因冷拼菜与热炒菜是相对而言,所以,两者除“冷拼”和“热炒”制作方法有异,菜盘种类大体相同。

此外,腌制出的萝卜菜、芥菜、黄菜以及诸如香椿芽、甜苣等一些人工培植的可以食用的树木花草和野生植物的果实、动物的可食内脏等也可以制作冷拼菜肴。

母亲认为,如要做出美味可口的普通饭菜,所需各种原料合理搭配是前提条件,严谨掌握适当蒸、烤、煮、炒时间和火色、火候至关重要,为此,她通过多年亲身实践,积累了丰富的成功经验,经她口述和演示,由我从文字表述方面加工整理,撰写出100多种食谱、菜谱,兹选择其中具有代表性的10多种抄录如下:

蒸馍 其特征白净耐嚼,香喷可口,含有较高营养成分。主要用料有小麦面粉、发酵面(俗称肥面或起面,内含小麦面粉与冷水比例为2:1和搅成的面团,将其放置温度一般约16—17度左右的地方,隔30—40个小时即可发酵使用),把两者和成面团时再加入适量小苏打面或碱面。因蒸馍有许多分类,故又有加油、盐、五香粉等调味品与葱、韭菜等蔬菜。制作方式彼此间大同小异,也有简繁相差甚远者,各因口味需要导致。

翻花卷馍 把面团放置在案板上用擀面杖擀成厚度均匀的圆形面片,面片上均匀地撒放油、盐、五香粉(也有另加切细碎的白菜、韭菜等蔬菜),把面片依序卷成长圆柱体后,以长度约为3.5厘米、重量约为130克为标记用菜刀逐个切下,再逐个翻卷成花朵状。

蒸饼 用料和制作方式与翻花卷馍大同小异。大同指均是把小麦面粉加水揉和均匀;小异有两点:一是在所用料小麦面粉、发酵面和苏打三者的比例中,发酵面减少百分之五十;在大发酵面加少量小麦面粉的比例中,小麦面粉减少百分之二十,以促使和成的面团稀度增强。二是把包裹油、盐、葱、大料面粉等物品的长圆柱形体小麦面团卷需缠绕重叠成圆堆状,放置案板上用擀面杖擀均匀,厚度约2—3厘米,再放置笼中蒸熟后或用菜刀切割,或用针线拉制成条块。

圪坨 其特征制作简便,面菜交融,食之多味。茴子白菜、白菜、山药蛋、榆钱钱(榆树生长出的果实)、茄子、苜蓿、甜苣芽等均可做圪坨主料。制作方式是把这些主料切碎或擦碎放置面盆中按1:0.3比例加入小麦面粉或高粱面粉,再放置笼中蒸熟后拌入葱、盐、熟油等调料食之,也可稍冷却后炒一下再吃。

圪搓搓 把莜麦面粉或高粱面粉和成面团以重量约为0.2克为个体搓成长圆两头尖状放置箭牌(用高粱杆上端第一节联缀而成,呈圆形状)上,再用饭铁铲或菜刀将其挤压使其翻卷成半圆筒、外表呈螺旋状,放置笼中蒸熟可蘸炸酱或腌黄菜食用。

黄烧饼 其特征香味可口,别具特色,容易消化。主要用料有小麦面粉、白糖、食油、藕快、芝麻、发酵面、小苏打或碱面等。制作方法是把蒸馒头发酵面拌以食油、白糖,加入碱面粉,反复揉面,认为正碱(适当)后,放在面盆内停十分钟左右,揪成像面饼一样大小的面快擀成面团,上面用梳子压上些团点,再用藕汁水涂一遍,撒些芝麻,放置铁釜上烤熟,深受老人和孩子们喜欢。

锅贴饼 其特征之下部酥脆,象烤饼类,上部掀软似蒸馒头,食之具有双重味道。制作方法是把翻花卷馍捏成长条状放置在铁锅四壁(先把铁锅底放水约8—9厘米深)烤兼蒸熟。

石头干饼 其特征香脆耐嚼,易于保存,其分为一般、包糖、和糖三种。制作前用油碱水调好小麦面粉,比例为0.5:1,把石子倒入铁釜内,加火烧热。制作时把和好的面团擀成圆形,约直径28厘米左右,厚度一厘米左右,把烘热的石子向四周摊平,把饼子放置上面,再把四周的石子将其覆盖,烤熟就可食。制作包馅石头干饼时,应先把红糖拌好,做法与包月饼相似。制作和糖石头干饼不同的是在和面粉时加入溶化后的糖水,其余做法相同。

团圆饼 在约为一公斤的和油小麦面团内包糖、核桃仁等混合馅,碾压为直径约35

厘米左右、厚度约2厘米左右的大圆饼,在其上面再用器具印出圆花图案等,均匀地涂上稀水撒上脱皮芝麻烤熟。同时制作的各类包糖馅面食还有面兔(状似白兔,重量约为300克)、面葫芦(俗称格芦芦,状似葫芦,重量约300克)、桃榴相会(状似桃与石榴相连,重量约500克)等。

抿尖 把高粱面粉、绿豆面粉按1:0.5比例混合,再加入适量温水和成面团,放置抿尖床(一种餐具,长条木板中间嵌有下凹铁片,铁片上钻有若干直径约0.3厘米圆孔)上,用抿拐拐(一种餐具,由木块制成)来往推抿,使其顺着铁片圆孔变成细圆长面条落入锅中。

花生仁稠粥 把花生仁45克(不去红皮)洗干净后捣碎加入粳米100克和山药片适量同煮为粥。待粥将要煮熟时放入冰糖适量。如此粥需用量多,可按上述比例制作。该粥可健脾开胃,润肺止咳,既是佳食,又属良药。该粥品类还有冬瓜稠粥、桃仁稠粥等。

馄饨 一种连汤食用的饭菜,饭菜中煮有诸如剔尖、擦尖之类的面食和粉条、豆腐、山药蛋以及多种蔬菜,并加入盐、醋、酱等多种调料。

母亲曾多次向学员们讲述,在多种多样民间普通面食饭菜中,有许多种不仅为许多节假日提供了主食食物和供品,还都寓含深意,特别是有一些民间口头俗语也从这里产生。兹将母亲所提供的相关内容整理记录如下:

长莲花馍 用于春节、端午节、中秋节、冬至四大节日和过四十岁生日、举办结婚日时供奉神灵。

圆莲花馍 用于过四大节日时供奉神灵。

供馍 用于许愿时供奉神灵。

圆馍 用于幼儿出生后过3日、5日、满月日时供奉送子娘娘。

寿桃馍 用于老年人过六十、七十寿诞日时供奉神灵。

桂花馍 用于过春节,举办婚、丧事日,为死者过3周年、9周年时供奉神灵和祖先。

小桂花馍 用于举办丧事日时供奉死者。供奉毕,由死者孝男孝女披挂孝服时连同枣、核桃装入襟怀中。

括乱馍 用于为亲友幼儿过满月、生日庆贺时相送礼品,并有祝贺词如“莲花夹圪扭,能活九十九”“九个石榴一佛手,守住妈妈再不走”“白兔含如意,哥哥拉弟弟”“莲花如意八宝生,一对莲花保成人”等。

包馅圆馍 用于供奉神灵。

柿子馍 用于过春节时供奉祖先。

蛇盘兔馍 用于过清明节时上坟供奉祖先,寓意为“蛇盘兔,必定富”。

剪刀馍 用于赠送结婚介绍人。

点心馍 用于清明节日时上坟供奉祖先。

燕子馍 用于清明节日时房屋内门框横木上放置,家里人每人分食一个,寓意为“合家和睦,万事如意”(汾阳人俗称燕子与“意”字同音)。

花糕馍 用于办理丧事时供奉死者。

石头干饼 历来是汾阳人民馈赠亲友或小孩过满月、周岁日的礼品之一。

小麦面火烧 是汾阳民间农历月三十日俗用饭食,名为“翻身火烧”,寓意为盼求来年翻身顺遂,万事如意。

添仓饼 其中“守锅猴”寓意“灶上有个守锅猴,挖米挖面不用愁”,“老鼠喝油”寓意“买卖顺头”,“布袋袋”寓意“粮囤满”等。

撒芝麻饼 用于过春节时供奉神灵。

团圆饼 用于过中秋节(农历八月十五日)时供奉圆月。

擦酥肉饼 是春节期间招待贵客的午餐主食。

尖饼 是农历二月初二日“龙抬头”时主食之一。

摊片子 因制作此面食面团发酵与未发酵均可,所以民间流传口头语谓“起了吃馍儿,起不了吃摊片子”。

绿豆面擀面 因此面食适宜老年人食用,所以汾阳有许多人家多做此面食孝敬老人。

腊八粥 用于过腊八节(农历十二月初八日)时供奉神灵,也是专食饭食。

粽子 用于过端午节(农历五月初五日)时供奉神灵,也是专食饭食。

元宵 用于元宵节(农历正月十五日)时供奉神灵,也是专食饭食。

打卤 是汾阳人民过初伏节日时浇面用的专用饭菜。

握握饺子 民间有一些人家为儿子订婚时,专捏这种形状的饺子让新媳妇食用,寓有“掌握”住新媳妇、要她日后依顺孝敬父母之意。

母亲向学员们在传授上述制作普通饭菜知识之余,还分别以饺子、馒头、榆皮面、青菜拌豆腐和煎饼为题材,向她们讲述了四个很有趣味的民间故事。

第一个民间故事的主要内容是,从前有个富人名叫王裕,吃饺子只吃内馅,不吃面皮。家人王理把他每天扔掉的面皮收集起来,等到大灾之年展示出来让王裕看,使王裕认识到,如不浪费这些粮食,大灾之年也会轻松度过。

第二个民间故事的主要内容是,从前有个王老财自恃有点学问,想愚弄长工们。一天下雪,他吟诗一首,并扬言长工们用一年时间也对答不上诗句来。他所吟诗句是:“天阴下雪白如纸,落到地上变成雨。雨水本是白雪变,下雪不如下成雨。”谁知仅过一个小时,就有一个有文化的长工答道:“麦面馒头白如纸,东家吃上变成屎,馒头变屎多费事,吃馍不如吃成屎。”众长工齐声大笑,王老财气得目瞪口呆,半天说不上话来。

第三个民间故事的主要内容是,相传,有一棵粗壮高大的老榆树,因天长日久,可变化为树妖,每到深夜潜入农家吸食牛、猪等家畜,人们为之恨之入骨,却又无可奈何。后来神仙吕洞宾闻讯赶来,设计除此树妖,并告知人们把老榆树皮剥下可以食用,还可治病。从此,人们把老榆树皮磨成面粉,掺入高粱面粉中制作抿尖、擦尖时,既不粘手又特具韧性,能够代替豆面。

第四个民间故事的主要内容是,相传清初,康熙皇帝为体察民情从南方归来途经汾州时,在刘玛瑞饭店吃了青菜拌豆腐和煎饼,顿觉得清香美味,绵列可口,连加赞扬。他回到皇宫很快传旨,宣召刘玛瑞进宫担任了厨师。

评点母亲所讲述的以上四个民间故事,第一个旨在倡导弘扬勤俭节约、严禁浪费的中华民族的优秀传统美德。第二个则对为富不仁、刻意戏弄他人的不良行为予以搬石砸自脚的辛辣抨击。第三个为榆皮面粉罩上了一层神秘的面纱,这就一定会促使更多食谱、菜谱专家学者进一步提高研究汾阳民间普通饭菜的兴趣。第四个是既然青菜拌豆腐和煎饼曾在历史上得到大清康熙皇帝的青睐,那就应该充分依托这一典故,深层次打造汾阳民间普通饭菜的特色品牌。

母亲所讲述的以上四个民间故事,我通过整理加工,分别以“王裕吃饺子”“白面馒头白如纸”“吃榆皮面的由来”“康熙巧遇刘玛瑞”为题撰写出来。接下来,我又深入民间继续搜集整理,又撰写出了同类题材的民间故事“明天吃饭不要钱”“铁鼓熬糖饼”“酒乡长春”等6篇。我把这10篇民间故事上寄后,全都先后在《山西农民报》《山西民间文学》《吕梁日报》《民俗文化》等省、地、市级杂志报刊上发表。

常言道,民以食为天,但如何才能高质量地食用饭菜,首先需要高标准地、多样化地制作饭菜。在这方面,母亲为我和众多制作民间普通饭菜爱好者留下了一份沉甸甸的非物质文化遗产,我们应该倍加珍惜,更应该一代一代传承下去。

