

黄河红枣传统加工制作技艺非遗系列之三

黄河红枣红枣汁(浓浆、膏)传统制作技艺

□ 张兴明 李志君 李卓越 张德志 李孟谐

黄河红枣红枣汁(浓浆、膏) 传统制作技艺历史考究

红枣汁(浓浆、膏)是黄河母枣除直接采食之外最为简单的食用形式,是最早随华夏民族烹饪文化的发展而产生的黄河母枣加工品,因而起源最为久远。

中华烹饪文化源远流长,其产生离不开两个关键因素:火和烹饪工具。依据目前学界共识及考古研究,人类能够主动控制火,也就是知道保持火种甚至学会钻燧取火,距今已有80万年的历史。在大约1万年前的新石器时代,陶器的发明则使煮食普及开来。

在上古传说中,这个漫长的发展过程经历了五个阶段:有巢氏,东汉班固在《白虎通义》中讲“古之时未有三纲六纪,民人但知其母,不知其父……饥即求食,饱弃其余。茹毛饮血,而衣皮革。”后世把这种生存状态称为“茹毛饮血”;燧人氏,《韩非子》讲:“有圣人作,钻燧取火以化腥臊,而民说之,使王天下,号之曰燧人氏”;伏羲氏,唐司马贞《补史记》载:“结网罟以教佃渔,故曰宓戏氏;养牺牲以供庖厨,故曰

庖牺”;神农氏,据《太平御览》引《周书》和《路史·后纪》说:“神农耕而陶”,神农氏教民稼穡,制作陶器;轩辕黄帝作为中华民族人文始祖,对中华饮食进步做出了巨大贡献。据西汉刘安《淮南子》载:“黄帝作炊,乏为灶神。”三国谯周的《古史考》载:“黄帝始蒸谷为饭,烹谷为粥。”在黄帝之前,先民虽有用火,但火是在灶坑里烧的,烹饪受到制约。黄帝作灶,始为灶神,并根据蒸气加热的原理制造出最早的蒸锅——陶甑。黄帝教民蒸谷为饭,自此“吃饭”的概念产生。黄帝重臣东夷部落首领夙沙氏(即今运城解州盐池宗庙里的“宿沙氏”)发明海水煮盐。从此华夏先民不仅懂得了煮,还懂得了调,始有“烹调”。

新石器时代晚期,在华夏文明主要发祥地晋陕峡谷黄土高原,华夏先民开始逐步掌握用火烧制陶器、石器,同时酸枣也被先民选育、驯化为“黄河母枣”,华夏民族正逐步由靠渔猎采集生存的原始社会向以耕种为主的农耕文

明过渡。食物熟制使先民对于营养和能量的获取更加高效,这极大地提高了先民的智力、体力水平,加快了华夏民族的文明进程。

从茹毛饮血到炮、炙、煮、蒸,枣果的食用方式同样也发生了重大转变。我们的祖先不再依季节采食枣果,而是将枣果投入陶器中进行熬煮加工,原始的红枣汁开始登上历史舞台。水煮取汁是最为原始的加工方法之一,这种方法尽管简单粗糙,但这就是红枣汁(浓浆、膏)制作工艺的雏形。最初人们熬制的是红枣汤,饮则汤汁,药则浓浆。红枣浓浆在中药里归为膏方,是制作丸、散、膏、丹的重要原料,有引药归经、调和赋形之功效,在诸多名贵方剂中都用到,历来也是道教丹家炼制金丹丸的基质。



黄河红枣红枣汁(浓浆、膏) 制作原材料及主要流程

当前,在丰富的红枣加工产品中,以红枣汁(浓浆、膏)为代表的红枣饮料无疑仍然是最具附加值的。目前,在全民大健康的浪潮中,红枣汁(浓浆、膏)已经成为一种备受欢迎的健康休闲饮品。根据不同消费群体不同的功效需求,将红枣汁(浓浆、膏)与其它果蔬汁或人参、枸杞、黄芪等中草药萃取物调配成复合植物饮料,在创新口感的同时也提升了红枣汁(浓浆、膏)的营养价值,是未来红

枣汁(浓浆、膏)饮品的发展趋势。

家庭制作的话,可将新鲜黄河母枣洗净去核,放入榨汁机打碎取汁,就能喝到营养可口的红枣汁了。这种做法虽原汁原味,但因枣果本身含水率不高,木质纤维含量多,用压榨的方式造成了枣果营养物质的极大浪费。自古以来,勤劳智慧的枣区劳动群众就采用浸提(浸泡熬煮)的方式进行加工,最大限度保留了枣果中的营养成分。

传统手工制作工艺(浸提法)简述

枣果的筛选和清洗。将霉变腐烂、干瘪无肉、皮损虫蛀的劣质枣果剔除,然后加入至少没过枣果的饮用水,加热至40℃左右,在加热过程中使用箬篱进行翻搅,避免用力过猛造成枣果损伤。如采用干制枣果,尚需用长毛刷对枣果表皮褶皱中的污垢进行彻底刷洗。如此循环2—3次,直至清洗后的水质澄清,肉眼观察无杂质。然后用箬篱捞出,过滤网控干水分。

枣果烘烤。枣果充分控干水分,装盘放入烤箱中,中温烤制三分钟左右。一方面进一步去除枣果表面水分,起到初步消杀的作用,另一方面是通过烤制产生美拉德反应,激发出枣果香味,使果汁口感层次

更加丰富。家用小烤箱可能需要分个数批次进行烤制。

充分浸提。烤制好的枣果再次倒入不锈钢炖锅中,加入优质矿泉水,果水比为1—3,然后打开热源,保持浸提温度60℃,浸提时间12h,浸提次数2—3次。用不锈钢长柄密网箬篱将浸汁中的枣核、果皮、果蒂等杂质捞取干净。

用这种方法提取的汁液,实际上是枣果原汁和水的混合物,如日常饮用,则提汁,若入药,则继续熬煮成浆,然后再配以银耳、酸枣、蜂蜜等材料,起调节口感、改善功效或者浓缩赋形的作用。

品味红枣文化,感受非遗魅力,大家在闲暇时,不妨一试。

三交古镇饮食文化

□ 李斌元

生在三交,长在三交,从小对三交的传统小吃、传统美食情有独钟,总有着眷恋不已的痴迷。

早在一千多年前的隋唐时期,随着三交古镇水陆码头的逐步兴盛,三交镇已成为晋西北商品集散中心。有民谣:“黄河大浪声声急,‘清绥’木船码头立,往来不散镇上客,夜半灯火人未息。”见证了晋西北商品集散地的商贸繁华。

上世纪五十年代初,全国刚刚解放,人们生活安居乐业,不仅集会卖小吃时呈现出红火热闹的景象,而且每日清晨、傍晚街上的小吃摊点一溜儿排开,有打饼子的,有卖羊杂割的,有炸油糕的,有荞麦旗子,有碗团、灌肠……当你身临其境时,此起彼伏的叫卖声,刀切碗团的“噹噹”声,炸油糕的“嘶啦”声,炒勺炒瓢的“叮当”声,拉风箱的“扑嗵”声,伴着香甜诱人的气味儿,汇成令人陶醉的美妙晨曲。

镇上居民、赶集百姓、买卖商人、老人孩童信步闲散于此,挑选自己喜好的小吃,坐在摊位前的板凳上,心情舒畅的品味各种美食,一幅幅和谐安详的市井风情画卷,令人流连忘返,至今记忆犹新。

如今,已迈进新时代的三交镇繁花似锦,传统小吃为它增光添彩,

有红印茴香大饼子、夹肉饼、油旋、油条、麻花、碗团、灌肠、案糕、枣馍馍、银裹金馍馍、玉面面窝窝、粉汤、油茶等别具特色的小吃、面食。三交的面食多种多样,有包皮面、斜旗旗、豆面抿尖……

近年来三交街上最火爆的小吃是豆腐和饼子,因游人多每天几乎供不应求。缘于三交地处黄河畔特殊的水资源优势,世代三交人用黄河卤水点的豆腐柔软绵香,口感爽嫩,有民谣:“一斤豆腐十二两水,既没神来又没鬼。”水淋淋的豆腐久煮不烂,这就是三交豆腐与其他地区不同之处。三交豆腐的主要原料是黑豆,它的营养价值高于黄豆,一盘“一清二白”的小葱拌豆腐”透着做人的坦白,一句“刀子嘴、豆腐心”说透了豆腐的仁爱与谦和。豆腐有最好的口味,也有着最美的意味。随着三交古镇水陆码头的繁华兴盛,三交豆腐也脱颖而出,那时古街巷豆腐作坊多达数十家,逢集会卖豆腐的吼叫声此起彼伏,水淋淋豆腐蘸上生辣则和大盐,尝上一小碗鲜嫩可口,美不胜收。现在豆腐已成为三交人必不可少的食品。

三交街上如今较大的豆腐作坊有四五家,有肩挑零卖豆腐的六、七家,较有名气的豆腐作坊是王七羔、

党兵团、王国荣、王秋旺和刘登弟。据王七羔说:他平时一天做6、7锅豆腐,逢年过节做12、13锅,每天销售1300余斤。全镇年销售豆腐四万余斤,并可吸纳贫困户20余人增加家庭收入。

做豆腐的程序大致如下:先将黑豆去皮,倒入冷水中浸泡5—6分钟左右,捞出放入磨浆机内,若人工做豆腐的在石磨上磨,磨成豆浆之后,用黄河水煮沸10分钟左右,经过过滤,出锅后用卤水点豆腐(卤水点豆腐是较难的技巧与关键),点好后隔上几分钟装进包内,再压10分钟就成为可出售的成品豆腐。

三交饼子历史悠久,种类繁多,有红印大饼子,有茴香大饼子,有夹肉饼,有斜饼子,有油旋,有糖饼,有芝麻饼,三交饼子酥脆香美,口感极佳,可边走边吃,携带方便,是游客的最佳食品,不仅当地人钟爱,游客吃了也赞不绝口。

目前,三交街上打饼子的十多人。三交做饼子的工序也很讲究:用铁皮做一个一米高的火炉,炉内上端用胶泥泥成一个脸盆大小的空间,中间留个竖圆孔通往炉下,炉中间是放焦炭的地方。生着火炉后待炉内火旺之后把做好的生饼子放入上端炉内烤,烤5—6分钟即成熟。做饼子的要领是:一要头天晚上把面和好、启好(即发酵好),第二天要搭好面;二要把焦炭捣成小块,才能生旺火,掌握火候至关重要。

三交饼子不仅在当地火爆销售,而且每日有几辆农运车运往柳

