杜甫的餐桌

文 / 李美玲

诗圣杜甫的心是朝下向着人民的，化为一篇篇刻骨铭心的五言七律，不仅能看到民间疾苦、时代波澜和山川秀丽，还有生活本色中朴素的食物。

三十岁前的杜甫，可谓逍遥自在。大唐刚刚经历最繁华富庶的开元盛世，家世显赫的杜甫，十四五岁便在洛阳翰墨场中崭露头角，只管在父亲的资助下纵情山水，无忧无虑。“放荡齐赵间，裘马颇清狂。春歌丛台上，冬猎青丘旁。”（《壮游》）杜甫和友人衣轻裘、策肥马，豪兴大发时便挽弓骑射，纵横山野从寒冬到初夏足半年之久，何等潇洒快活。那时，他不关心粮食和蔬菜，不知疾苦为何物，然而这一切到755年底戛然而止，安史之乱让大唐盛世迅速滑向深渊，杜甫的后半生，也开始了疾苦人间的艰难生活，尝遍人间的酸甜苦辣。

在洛阳，杜甫拜别二十年的好友卫八处士，条件有限的朋友用这样一餐招待他。“夜雨翦春韭，新炊间黄粱。”（《赠卫八处士》）。刚从院子里剪下来的韭菜，叶子还沾着春雨，略点薄盐，鲜软多汁，特地开炊新煮的黄粱饭，虽糙但很有劲道，氤氲着温热的情谊，故人重逢，相伴话旧，再配上暖酒，大快朵颐都来不及，又怎么会嫌简陋呢？

在秦州，杜甫以采药和卖药养家糊口，不得已一再给堂侄写信，希望这位族亲给自己送些口粮。

白露黄粱熟，分张素有期。
已应春得细，颇觉寄来迟。
味岂同金菊，香宜配绿葵。
老人他日爱，正想滑流匙。
——《佐还山后寄三首》

已经过了白露的节气，黄粱已经成熟，你答应过多分些给我，怎么还没来呢？一定是你想要春的更细一些才延误了时日吧，我能想象园中青青的绿葵，配上黄粱熬煮的粥饭，甜润微粘滑过我的汤匙，那是我最爱的美味啊。

不久，一位名叫阮昉的隐者给杜甫送来新鲜的薤菜，他高兴无比，又提笔写道：

隐者柴门内，畦蔬绕舍秋。
盈筐承露薤，不待致书求。
束比青刍色，圆齐玉箸头。
衰年关扃冷，味暖并无忧。
——《秋日阮隐居致薤三十束》

我还没有致书求援，友人主动送来了三十束圆齐玉箸头、青刍色带着露水的新鲜薤菜。薤菜是二三月长在野地里的野蒜，至今依然很受青睐，不曾想这野味小菜曾出现在诗圣的餐桌上，温暖过他贫瘠的日子。

在夔州，杜甫租了一片田，生活暂时有了依靠，但对当地的美食表示难以受用，“异俗吁可怪，斯人难并居。家家养乌鬼，顿顿食黄鱼。”而且“塞俗人无井，山田饭有沙。”这里没有井，吃的肯定是江河水，土地不像中原那么肥沃，饭里面总有沙子，夔州的一切让杜甫很不适应，但也有他吃不够的美食。

这位在文坛惊天动地的诗人，一生颠沛流离，饱经忧患，写下两千多首诗歌，生活里的任何小事情，一捆青菜，一碗粥饭都写进诗歌里，他的诗贴近百姓生活，让我们看到一个有血有肉的邻家大爷，把情感和信念写进诗句，让我们感同身受其滋味和情怀，慰藉着客居他乡的愁苦。

（作者供职于陕西华通公路工程公司）

饮食人生

文 / 宋叶飞

颠沛流离半生的杜甫对食物的见解很接地气。他的经历太过丰富，吃过高档餐厅，也混迹于路边食肆，时运不济时还得四处蹭饭。正因为这跌宕起伏的经历，才让他笔下的食物千变万化，丰富多样，他比任何人都能体会到食物的味道。

杜甫年轻时，虽然没能谋得一官半职，却经常以诗人身份出现在达官贵人的筵席上，写下“鲜鲫银丝脍，香芹碧涧羹”“棘树寒云色，茵陈春藕香”“近发看乌帽，催蒪煮白鱼”“无声细下飞碎雪，有骨已剁嘴春葱”的名句。

当然，酒席不可能天天有。没饭吃的时候，他便找朋友蹭饭。只是招待他的朋友大都和他一样身处困境、穷困潦倒，所以，他笔下便是“夜雨剪春韭，新炊间黄粱”“也复可怜人，呼儿具梨枣”之类的诗句。

此后，时运不济，加上安史之乱爆发时局动荡，他决定弃官入川躲避战乱。逃亡的路上，一口烫手的山芋，或者是山崖上野蜂巢中的酿蜜，都是他辛苦逃亡路上可遇而不可求的美味，个中艰辛，从他那句“充肠多薯蓣，崖蜜亦易求”中得以窥见。那几年，他经常食不果腹，很多时候要靠着朋友的接济才能过活。生活的匮乏使他对于食物的描述成了“翠柏苦犹食，晨霞高可餐”。穷得叮当响的杜甫许是饿久了，竟然有了吃翠柏饮晨霞的幻觉。

幸而，这样惨不忍睹的日子没有持续多久。这年冬天，在朋友严武等人的帮助下，他在成都浣花溪畔建成了草堂一座，世称“杜甫草堂”。他也在严武的举荐之下，出任节都，一家人寄居于奉节县。那段时间，他虽然生活清贫，倒也能吃饱穿暖。时不时的，还能与农夫们一起分享淡薄的村酒。他写下了著名的《槐叶冷淘》：“青青高槐叶，采掇付中厨。新面来近市，汁滓宛相俱。入鼎资过热，加餐愁欲无。碧鲜俱照箸，香饭兼苞芦。经齿冷于雪，劝人头次珠。”寥寥数语，不仅道出了美食的制作过程，还写出了吃的感觉。仔细想来，这道槐叶冷面，大概就是现代人常吃的蔬菜凉面。不过，杜甫的这碗凉面更加纯粹。想象一下，在那暑热的天气，一碗翠绿的面条，搭配上各种佐料，淋上麻油，或是浇点麻酱，该是多么的诱人，尤其是那句“经齿冷于雪”，一口下去，酷暑中有了雪的感觉，那才真叫沁人心脾，哪怕和那些珍馐美味相比，也是不遑多让。

闲暇之余，杜甫在草堂四周种满了各类时蔬，又找友人索要了些梨、枣、桃、李、栗等果木。春去秋来，杜甫种下的果蔬，也到了结果的时候。他和那些慷慨招待自己的朋友一样，将这些美味的果实赠予了附近的穷邻居们一起分享，感受着分享的快乐之余，还不忘吟诗一首：“堂前扑枣任西邻，无食无儿一妇人。不为穷困宁由此？只缘恐惧转须亲。”那段时间的杜甫，已然成为一个彻头彻尾的农夫，身居草堂，倒也怡然自得。吃着粗陋的农家饭，时不时的，邻人还会送来“万颗匀圆讶许同”的樱桃和“满眼颜色好”的青瓜与他分享，一饱口福体会着简单的快乐。

翻阅杜甫的诗集可知，那些年他在长安城时，曾参加过驸马的宴会，也曾是诸多官宦的座上之宾。可是很少看到他的诗歌中有关于那些宴会上的美酒佳肴描画，反倒是那些王孙贵族不屑一顾的春韭、甜瓜，或是香芹、莼菜，倒是在他笔下经常出现。或许，这些登不上达官贵人筵席之物，才是杜甫平日的食物，也正是这些自然清淡的山野时蔬，构成了杜甫笔下的饮食世界。不论是园林野餐时那一顿脆嫩的春藕，亦或是迁徙远途中几个热气腾腾的芋头，都让他心生感动。这些食材，陪伴了杜甫一生，让他吃的心安理得，吃的满心欢喜。

时至今日，杜甫笔下那些形形色色的吃食，除了凉面，其他的早已不复存在。幸而，我们还能透过诗文窥见他所处的那个年代，那些或奢豪或粗陋的饮食之风。在弥漫的俗尘之中，我们这些怀旧的饕餮之徒犹能在推杯换盏的世界里，嗅到些那个时代的余芳……（作者供职于澄城管理所）

驼蹄羹

文 / 刘晓华

劝客驼蹄羹，霜橙压香桔。
朱门酒肉臭，路有冻死骨。

八大菜系有陕菜一席之地，陕菜中名气大的是葫芦鸡，其实，还有一道久负盛名的菜肴，陕菜仿唐宴里的主角——驼蹄羹。

说起驼蹄羹可能有很多人不知道，不过要是说起杜甫写的“朱门酒肉臭，路有冻死骨”应该非常熟悉，但是有人会说这哪儿来的驼蹄羹呢？别急，就在这两句诗的前面还有两句“劝客驼蹄羹，霜橙压香桔”。这下子这道菜就有了千年历史。

驼蹄羹在唐代就是皇亲国戚这些贵族享用的美食，除了它烹制程序较复杂，关键是食材中的驼蹄比较难找，毕竟驼蹄不是猪蹄鸡爪。虽说骆驼不是保护动物，但平时主要当交通工具来使，即便有，也是产量有限。

这里需要说明的是驼蹄羹并不是把整个骆驼蹄子放在锅里炖煮，而是只采用蹄子里的精华——蹄筋。经过泡发的蹄筋，要高汤小火煨炖数小时，然后加入冬笋丝，还有唐代才传入我国的胡椒。那味道用陕西话说就是“忒色”。

虽然食材如此稀缺，但是聪明的陕西厨师想出了用牛蹄筋替代驼蹄这个好办法，因为经过烹饪加工，发现牛蹄筋和驼蹄筋味道上口感上非常接近，这样一来，这道曾躺在唐诗里的宫廷佳肴又重新走上了我们的餐桌。

如今在西安饭庄、止园饭店、人民大厦这样的老字号酒店里，随时都能品尝到地道正宗的陕菜，其中就有驼蹄羹。

诗人杜甫肯定不会知道，他愤世嫉俗的一首诗，却在无意记载了一道脍炙人口的美食。

虽说现在驼蹄羹已成为一道飞入寻常百姓家的美味，但是想起杜甫这首诗，我们还是要珍惜每一粒粮食啊。

当然若要品尝陕西美食，仅仅是一道驼蹄羹是不行的，还得有苏轼赞不绝口的“陇馔有熊腊，秦烹惟羊羹”的羊肉泡馍，更少不了肉夹馍、凉皮、泡泡油糕、金线油塔等等等等，所以说西安不仅是历史文化底蕴深厚的古城，还是一座饱含美食文化的名城。

（作者供职于富平管理所）

唯有东坡知鱼美

文 / 高正旭

元丰二年七月，因乌台诗案，42岁的苏东坡从湖州太守任上锒铛入狱。苏东坡被贬黄州，任命为一个不入流的小官团练副使，对于苏东坡这位有着“致君尧舜上、再使风俗淳”抱负的文人来讲，是跌落到人生的谷底。但这也让苏东坡迎来一个分水岭，此后，他的作品更加精粹天成，很多传世名作即诞生于这个时期。

黄州是长江边的一座小城，滔滔江水绕城而过。江水，宏大浩渺、浩浩汤汤，青山，磅礴逶迤、好竹连山。看着这一派河山，苏东坡忘记了朋友亲人劝其戒诗的嘱托，一气呵成写下《初到黄州》。

自笑平生为口忙，老来事业转荒唐。
长江绕郭知鱼美，好竹连山觉笋香。
逐客不妨员外置，诗人例作水曹郎。
只惭无补丝毫事，尚费官家压酒囊。

初到黄州的苏东坡，没有抱怨、没有懊悔，反而关注起长江的肥鱼、山上的竹笋。寥寥几笔写尽豁达与乐观，这是一种与天地精神独往来的乐观与悠然，也是一个优秀文人在逆流中对快乐的探寻与解读。这些因素构成了苏东坡的生命底色。

在黄州，苏东坡爆发出一种元气淋漓的生命力，他开垦东坡、修建雪堂、救助弃婴、壮游赤壁、求禅问道，在黄州的四年，苏东坡留下人生最华美的篇章。

苏东坡对美食的喜爱，不仅为了口腹之欲，更多在阐述对于人生和时代的思索。居庙堂之高，可以励精图治，为国为民；处江湖之远，能够纵情山水、饱览风物。这才是真正的文人风骨。

他先后写下《老饕赋》《酒经》《浊醪有妙理赋》《酒子赋》《洞庭春色赋》《中山松醪赋》《黄州猪肉歌》等脍炙人口的作品，在妙趣横生的诗词文赋中记录了最美好的时光，走出了生命的至暗时刻。在困境中，自我救赎是真正的解脱，这份解脱得益于黄州的一草一木、一粥一饭。

世人皆知苏东坡发明了东坡肉，对于鱼，苏东坡也有偏爱。他的《煮鱼法》：“子瞻在黄州，好自煮鱼。其法，以鲜鲫鱼或鲤治所冷水下入盐如常法，以菘菜心芼之，仍入浑葱白数茎，不得搅。半熟，入生姜萝卜汁及酒各少许，三物相等，调匀乃下。临熟，入橘皮线，乃食之。其珍食者自知，不尽谈也。”简单的食材，简单的烹制，却品尝出人间至味。多年后，任杭州太守时他写道：“予在东坡，尝亲执枪匕，煮鱼羹以设客，客未尝不称善，意穷约中易为口腹耳。今出守钱塘，厌水陆之品，今日偶与仲天贶、王元直、秦少章会食，复作此味，客皆云：此羹超然有高韵，非世俗庖人所能仿佛。”长江的好鱼，满山的竹笋，对于身处厄运的苏东坡而言，是最好的安慰，精神上的极大满足。

再次细度中华书局版的《苏东坡全集》，毋庸讳言，苏东坡的全部作品中美好的回忆并不多见，忧伤多于欢愉，悲怆多于温暖。即便是记录欢愉的篇章，多半也是含泪的微笑。他的“东坡肉”“东坡墨鱼”“东坡豆腐”“东坡饼”“东坡酥”产生在最为暗淡的时刻，这些美食承载了苏东坡对生活的热爱，在生命的大开大合中磨砺出光耀古今的火花。

（作者供职于汉宁分公司）

古城、古羹、诗人

文 / 王 健

每当周末漫步于我的家乡西安城，目之所及，古意盎然，这里曾是大唐一百零八坊，有一张走街串巷让人流连忘返的美食地图。随意走进一条街坊不起眼的小店，也许里面就藏着一位传承美食的大师，他们往往专注于一款美食，百年不变。

当第一缕阳光照进古城，美食已陆续摆上餐桌，西安人一天的幸福便从早餐开始了。街头少有人提着包子馒头匆忙奔走，地道的西安人要好好坐下来，吃出满头大汗才感觉浑身有劲，这是古城的生活美学。西安美食中最受欢迎的还是羊肉泡馍。羊肉的吃法不是西安独有的，但是羊肉泡馍却是西安人专属。

西安人念旧，街头吃食店动辄百年历史。一生只做一味，代代相传。羊肉泡馍是一张城市名片，一道极讲究的美食，选料有讲究，熬汤有讲究，吃法也都有讲究。本地人吃法总结四个字——掰、撕、掐、抖。净手掰馍是一项古老技法，体现老陕的手工崇拜。聊着天把馍掰好后让伙计拿给掌勺大厨，掰好的馍端进厨房，切肉师傅在刀光剑影中穿梭，煮馍师傅根据锅里馍的大小，娴熟掌握火候，加牛肉汤，大火筷子加牛羊肉、粉丝、葱花。翠绿的葱花、蒜苗、香菜与红褐色的牛羊肉映衬着洁白晶莹的粉丝，黝黑的木耳香味四溢，使人食欲大振。煮好的泡馍端上来了，辣子酱铺上绝不搅动，从一边蚕食，沿着碗边向嘴里刨着吃，鲜热之气跑不散，一口泡馍，一口糖蒜，神清气爽，餐后喝一碗原汁烹制的高汤以清口，干完这碗泡馍大汗淋漓酣畅舒适。

羊肉泡馍起于隋唐，盛于北宋。它烹制精细，料重味醇，肉烂汤浓，肥而不腻，浓香四溢，回味无穷。一碗羊肉泡馍外地人吃的是名气，本地人吃的是情分。西安人对时光的眷恋、对生活的满足和习惯的遵从，都在一碗羊肉泡馍里。

“秦烹惟羊羹，陇馔有熊腊。”苏轼在《次韵子由除日见寄》写过羊肉泡馍。

神宗年间，苏轼在诗文中表露对新法的不满，由于他是文坛领袖，如果任由其诗词在社会上传播将会对新政推行不利。在神宗默许下，苏轼被抓进乌台，一关就是4个月，每天被逼交代写诗的由来和典故出处。救援活动也在朝野展开，不但与苏轼政见相同的元老纷纷上书，连一些变法派有识之士也劝谏神宗不要杀苏轼。王安石当时退休金陵，上书说：“安有圣世而杀才士乎？”这场诗案就因王安石“一言而决”，苏轼被从轻发落，贬为黄州（今湖北黄冈）团练副使。幸亏宋太祖赵匡胤时定下不杀士大夫的国策，他才算躲过一劫。

苏轼生性放达，为人率真，好交友与美食，创造许多饮食精品。《次韵子由除日见寄》寄托了诗人失意伤感之情，难得的是逆境中仍不忘羊肉泡馍。

苏轼既向内心世界挖掘，也朝外在的世界拓展。苏轼在词中描绘日常饮食、交际、闲居读书及躬耕、射猎、游览等生活场景，展现大自然壮丽景色。他的创作实践表明诗是无事不可写、无意不可入的。

苏轼的生活态度成为后代文人景仰的范式：进退自如，宠辱不惊。当然，这种范式更适用于士人遭受坎坷之时，通向既坚持操守又全生养性的人生境界。

（作者供职于西渭分公司临潼所）

羊羹与胡饼

文 / 张 宏

陕西最著名的吃食除了三秦套餐、羊肉泡馍，还有水盆羊肉汤醇肉烂，又不用费劲儿掰馍，方便、煎火，很受老饕们喜爱。有一个著名的吃货对这碗羊肉汤记忆深刻，给弟弟写诗都要专门说一句“秦烹惟羊羹”，秦地别的都没有啥，就是这碗羊肉汤我真的觉得得劲儿、过瘾，想不想来一碗？

有人说了，你说这人就是苏东坡嘛！你凭啥说他说的羊羹就是水盆，而不是泡馍？

羹者，汤也。泡馍就算是“汤宽”，好像也不符合羹的定义。若是“单走”，差不多就相当于水盆了。想当年，苏轼考上公务员，分配的第一个单位就是咱陕西凤翔府，现在的凤翔东湖、喜雨亭都是当年先生主持疏浚、修建的。基层公务员收入不高，物资供应也不可能像今天这么方便，想吃羊肉随时下个馆子、点个外卖有些难，起码得逢集之类的大日子才会杀猪宰羊有肉卖吧，吃羊肉、喝羊汤应该是一件奢侈的事。如果稀松平常、味道一般，值得东坡先生说吗？何况是用了“唯”字！

再者说，要是东坡先生真的吃了泡馍，就凭他那么一个能把别人不爱吃的猪肉硬生生耐性子慢火炖半晚上，整出一道名菜“东坡肉”的主儿，还不洋洋洒洒写几千字给朋友安利一下？还有，当年炖肉熬汤所用的大料调和品种很有限，起码没有胡椒、辣椒，一定是原生态的烹煮方式，煮好盛起，加盐适量，撒上葱花、芫荽，热气腾腾，香气四溢！哎，亏得那时候没有西凤酒，不然中学生还得增加多少背诵诗文。

一碗美味的水盆羊肉，当然要配上月牙饼才算完美。这饼得焦香酥脆，或夹几片羊肉，或泡进汤里，哪怕是直接入口，随意，都好吃。这种饼，我一直不能肯定它的身份，是不是白居易笔下的胡饼几经演化的品种？白居易有诗《寄胡饼与杨万州》云：“胡麻饼样学京都，面脆油香新出炉。寄与饥馋杨大使，尝看得似辅兴无。”这胡饼应该是西域胡人传过来的，和今天新疆的馕接近。也有人认为就是月饼。在白居易的时代，胡饼一定属于高大上的稀罕物，长安才有的卖，不然也不至于让乐天先生麻烦顺丰小哥给朋友发送了。胡饼随着时代的发展，与老秦人的锅盔结合，家族成员分化演变，财大气粗的有什么都往肚子塞，变成了月饼、肉饼、水晶饼；家境小康的身上裹点芝麻，成了芝麻烧饼。还有的只需大肚能容，直接成了一馍夹天下。更有图快图省事的，面都不发，直接上锅烙，结果不行，只好跟着羊汤混，哎，没想到还混出名堂，混成了羊肉泡馍！在西安，水盆、胡辣汤、泡馍、葫芦头、粉汤羊血，连搭一碗卤汁凉粉，都得有相对应的饼。说来说去，也就是配水盆的饼似乎更符合“面脆油香”的描述，更接近真传。

秋冬又至，来一碗水盆羊肉，拿上俩饼，在这逐渐变冷的世界里，享受这美味，温暖着你的胃，也滋润着你的心。

（作者供职于西乡收费站）

馓子

文 / 赵 莹

纤手搓来玉色匀，碧油煎出嫩黄深。
夜来春睡知轻重，压扁佳人缠臂金。

馓子的历史已有两千多年，古时又称寒具、环饼、油浴饼、膏环。馓子香醇爽口，冷脆热软，易于消化，老幼皆宜。馓子有南北方差异，北方的大方洒脱，南方的精巧细致。在少数民族地区，馓子品种繁多，风味各异。

苏东坡好美食，深得精髓。相传苏东坡被贬海南儋县时，当地有一位卖环饼的年迈老妪，手艺好，但不为人知生意却不好。老妪得知苏东坡是著名文学家就请他为店铺作诗。苏东坡怜悯她生活贫苦，环饼手艺不错，就挥笔写下一首七绝：“纤手搓来玉色匀，碧油煎出嫩黄深。夜来春睡知轻重，压扁佳人缠臂金。”寥寥数句勾画出环饼匀细、色佳，酥脆和形似美人环钗的形象。老妪将此诗高悬门上，果然顾客盈门，生意兴隆。此诗也有其它说法，说是苏东坡到陕西周至终南镇看望其弟苏澈，品尝终南镇的麻花，见其金黄夺目，香气弥散，随手拿起品尝，甜爽酥脆，舌尖留香，脱口做了此诗。

馓子可归结为点心类，可以根据个人喜好做成咸味或是甜口。后人据此制作了不同风味的馓子，五香馓子，椒盐馓子等等。别看馓子用料不算繁杂，制作过程一点不简单。好的馓子必须细如线、黄如金、丝丝相连，环环相扣。口感具备香、脆、酥，味道甜中带咸，指法、力度、油温……每个步骤都是关键，差之毫厘，误之千里。

对于馓子的记忆儿时尤深，特别是过春节，总是期盼家里炸馓子。记忆里每年祭灶后，家里就会支油锅炸馓子。炸馓子这天尤如庄家久旱逢甘露，像期盼丰盛的家宴一般翘首以待。刚出锅的热馓子，让人馋得想去偷吃，而那样一种偷吃蕴含着兴奋和幸福。偷出来热馓子，躲在门后，咯嘣咯嘣吃起来那是怎样的一种快乐。

关于馓子的记忆牵扯着无法忘怀的亲情、友情，以及家乡。

（作者供职于阎良管理所）