



泥鳅滋味长

□刘干

泥鳅，也称“鳅鱼”，身短无姿、浑身油滑、腥味十足、其貌不扬，难以登上大雅之堂。但因其肉质鲜嫩且营养价值比一般鱼类都高，故一直是乡人口中的香饽饽，被誉为“水中小人参”。

故乡水网密布，小河、池塘、水稻田等随处可见此物。春耕秋种时，父亲犁开的稻茬田里，总会有鳅鱼从泥块中钻出来，父亲就把它捡回来放在缸里养着。天长日久，在父亲的呵护下，家里那口大缸不断养着鳅鱼、黄鳝、野杂鱼等鲜货，随捞随吃，十分方便。

乡谚说“天上斑鸠，地上泥鳅”“好菜一桌，不如泥鳅一喂”，秋去冬来，池塘水变少了，甚至干枯，乡人便迫不及待到池塘挖泥鳅，改善伙食。我小时候体质差，母亲说泥鳅煲汤是补品中的极品，最适合补身体。于是就带我去池塘挖泥鳅。我最佩服母亲的眼力，她择池塘，决不会空手而归。

杀泥鳅时，先在泥鳅身上撒上草木灰或干泥土，泥鳅表皮被灰土吸附失去水分，立马静下来，呈半死不活状。母亲便用剪刀剪去鱼头，然后洗去灰尘，用开水烫去泥鳅外表黏液，洗净后放进瓦罐里煲汤。

不过，红烧鳅鱼才是我们的最爱。母亲做红烧鳅

鱼很讲究：将半盆鳅鱼洗净、沥水，大铁锅内放植物油烧热，下姜葱炒香捞出，重新下姜、蒜、少量干辣椒将鱼爆香，放酱油，放入与鳅鱼持平的水，大火烧开、转小火慢炖，炖至差不多的时候，放入香葱，大火收汁浓稠即可。

过去家里人口多，母亲总爱在红烧泥鳅里加入豆腐、萝卜等辅料以增加菜量，谁知鳅鱼吸收豆汁、萝卜汁，豆腐、萝卜裹上鳅鲜，三者融合缠绵，会造成一股无可名状的鲜劲在唇舌间荡漾开来，让人大呼过瘾。难怪俗语云“泥鳅上桌百味淡。”

鳅鱼蚕豆汤是故乡饭前的一道润口汤。做起来并不难，用料也很简单。只需将鳅鱼洗净后入油煎香，再加清水，放入去皮蚕豆若干、去核红枣3至5个、陈皮一小片，一起放入瓦罐慢火煲上约一个小时即可。吃时放适量盐，也可加白胡椒粉，放一小撮茼蒿、葱姜末，那鱼汤白如牛奶、滑爽醇厚，喝一口颊齿噙香，让人回味无穷。据说此汤补中益气，有养肾功效。

踏入冬季，天地阳气收敛，凉气侵人。此时人与天地相应，所以在饮食上要顺应自然，作出相应的调整，适时进补泥鳅，增加热量、温暖身心是最佳选择。我爱鳅鱼汤，在浓稠的汤汁中能品味到幸福。

初冬泥鳅赛人参

□周祖斌

寒风起，泥鳅肥，初冬泥鳅赛人参，眼下又是食用泥鳅的最好时节。

20 世纪 90 年代前，农村里河水清澈，沟河中、稻田里生长着大量的泥鳅。抓泥鳅的最佳时节其实在秋天，那时候，稻田里的水慢慢干涸、小河里的水渐渐变浅，稻子快收割的时候，田里的水慢慢排干，泥鳅全部躲到了淤泥中。你只要挖起那些淤泥，一条又一条的泥鳅就出现在眼前。当然，抓泥鳅的办法还有很多，可以用蚯蚓为诱饵到河里钓，也可以把小河里的水排干直接去抓。总之，抓泥鳅对于我们这些孩子而言是件轻松快乐的事情。

泥鳅捕捉容易，宰杀清洗比较麻烦。因为泥鳅的身子特别滑腻，捏住它已很不易，有时往往已握在掌心，一不留神，它就从你的指缝钻出去了。泥鳅的生命力很强，即使把它的内脏都去除了，它还可能会有很大的劲逃走。

那时，母亲最喜欢做红烧泥鳅。将泥鳅用剪刀剪开，去除内脏冲洗干净。在锅中放油烧至六七成热，倒入泥鳅，煎至两面金黄后盛出。然后在锅中放入蒜头和生姜，倒入煎好的泥鳅，放入盐、黄酒、胡椒、酱油等

调料，用大火煮开，再用小火慢炖至泥鳅酥烂即可。待母亲将泥鳅端上桌，早已嘴馋的我往往迫不及待地夹起一条，狼吞虎咽，其味至鲜、肉质细嫩、口感绵滑，真是妙不可言。

泥鳅的吃法很多，可清炖、红烧，也可煮、炸、烩等。泥鳅可整条吃，也可加工成段、块、片、丁等，还可剁茸。名菜有泥鳅钻豆腐、腊肉炖泥鳅、干炸鳅鱼、雪花泥鳅羹、清炒鳅片等。总之，泥鳅无论怎么做都好吃。

当年，毛主席特别喜欢吃家乡稻田里的泥鳅。他的厨师石荫祥每次做“枯爆泥鳅”前，总是先养几天，让泥鳅把肚子里的泥沙吐净，烹制时先用热油炸香，再放姜、红椒、蒜苔调味，最后加入少许香油，撒葱花出锅。每次毛主席对这道香喷喷的枯爆泥鳅总是赞不绝口。

有些人认为泥鳅是鱼中下品，其实不然，泥鳅的营养价值很高，味道鲜美、肉质细嫩、食而不腻，是一种食药两宜的滋补佳品。中医认为，泥鳅味甘、性平，有补中益气、祛邪除湿、养肾生精、祛毒化痔、消渴利尿、保肝护肝之功能。大家都不要错过这道美食。

题图：香辣泥鳅。

下图左起：爆炒泥鳅、泥鳅豆腐、泥鳅豆腐干。



养花偶拾

□陆漪

搬了新家，先生为了去除家里的异味，添置了一些花草来改善空气质量，如绿萝、吊兰、富贵竹、虎皮兰等。但是平时上班忙，除了偶尔浇水外，我们很少顾及那些花花草草。某个假期我闲坐在家里，发现那些花花草草萎靡不振，枯枝败叶耷拉着、蜷缩着，缺少了刚买来时的生机和活力。

我舍不得这些花草，想到来时它们郁郁葱葱、充满生机的样子。于是，我把所有的花草进行了修剪，心想死马当活马医，能活多少是多少，或许有奇迹呢。

清理完后，我发现这些花草的枝叶虽然变得稀疏了，但却精神了许多，至少不再那么颓废。于是，我找出时间来照料它们，或浇浇水，或加一些专用的肥料。十多天后，这些绿植恢复了元气，嫩嫩的新叶星星点点地冒了出来。一个月后，这些绿植再次焕发出勃勃生机。

渐渐地，我喜欢上了照料这些花花草草，时不时地去关照，它们开始枝繁叶茂起来。这些花草也给我带来了好心情。窗外淅淅沥沥地下着雨时，我轻轻拂动着心爱的绿植，嗅着飘散在空气中的清香；阴冷的时候，躲在四季如春的绿植角落，晒晒太阳看看书，和朋友、家人喝喝茶聊聊天，常常会产生“生活是如此美好”的感觉。这些花草似乎也有灵气，它感受到了主人的细心呵护，长得越来越好。后来查阅资料发现，德国实验心理学家古斯塔夫·西奥多·费希纳就提出过植物有感情的观点，他认为通过与植物交谈，给予植物关注、爱抚等，可以促使植物更健康地生长。

《红楼梦》中贾雨村在讨论贾府时说了一句话：“花园子里面树木山石，也还都有蓊蔚荫润之气，哪里像个衰败之家？”当时贾府尚未到末路，植物也长得生机勃勃，枝叶繁茂润泽。

当然养花种草也不是个简单的技术活儿，作家池莉说自己喜欢养花，但就是养不好。后来，她专门找来《花经》研读，看完之后，才恍然大悟：“一件事做好，岂能凭你心中有一点欢喜、有一点迷恋？三天浇点水，五天上点肥。”

《花经》记叙的是宣统年间朝廷官员黄岳渊先生的一段经历。他在三十岁时想要做一件有兴趣的事，毅然辞官隐退，购买了十余亩田地，抱瓮执锄，废寝忘食，甘为花木之保姆。在他的精心打理下，黄家花园欣欣向荣，花异草奇，声名远扬。每逢花时，社会名流裙屐联翩，吟诗作赋。更有文人墨客指点花木，课晴话雨。据说当时的文坛名人周瘦鹃、郑逸梅等人皆为黄先生的花木挚友。黄先生养花养出了名堂，结交了人间知己。正所谓“心心在一艺，其艺必工；心心在一职，其职必举。”

现在，通过网络学习养花种草知识，我懂得了浇水施肥讲究尺度和时机。比如说浇水，要等到土壤略微干燥之后再进行，如果过多地给予水分，很容易造成积水，根系就会窒息、腐烂甚至是死亡。此外，营养过剩也会造成枝叶的徒长，使根、茎、叶与花芽互相争夺营养，影响发育，造成不开花或是少开花，果实自然也就无法结成。

正因为花草有灵性，所以培育起来如同育人一般，都要把握好“度”，无限灌输也是一种伤害。