



## 舌尖上穿越古今

□黄俊生



叶兆言在《江苏读本》中提到，淮安人讲究饮食，所谓“淮刁”，据说最初指的就是“嘴刁”。都说淮安人“嘴刁”，这没错，但南通人恐怕嘴更刁。

且不说别的，南通滨江临海，河网密布，江鲜、海鲜、河鲜，四季有鲜，鲜遍天下，江海大地物产丰富，与淮安一时瑜亮。

淮安是淮扬菜发祥地之一，南通是江海菜（又叫通帮菜）的产地。

有一段时间，与浙江菜一起支撑“南食”台柱子的江苏菜，只把金陵菜、淮扬菜、苏锡菜、徐海菜作为苏菜的四大名旦，而地处江苏东南一隅的南通，因为历史上一直隶属扬州府管辖，故而把通帮菜归于淮扬菜系。

后来，有一位人士不服气了，他就是江苏省烹饪协会名誉主席、曾经担任江苏省委书记的江渭清。江渭清在江苏省烹饪协会的一次常务理事会上说：“江苏菜不止四大风味，还有一个江海风味——南通风味不能漏掉！我在南通南公园吃的‘蟹粉海底松’和‘炆文蛤’等海鲜菜，是我们江苏省最出色的菜。”

于是，江海菜走上了前台。

江苏菜系发源于先秦时期。先秦时吴人善制炙鱼、蒸鱼和鱼片，齐国的易牙创制了“鱼腹藏羊肉”，专诸为刺吴王，在太湖边学做“全鱼炙”，这就有了后来的苏州松鹤楼“松鼠鳜鱼”；后来，汉代淮南王刘安在八公山发明了豆腐，梁武帝萧衍信佛，提倡素食，以面筋为肴，晋人葛洪发现了食用菌……这些美食的发源，都与江苏有关。

作为江苏美食菜系，源头已经够早的，可还有更早的。

当海安青墩先民在6000年前撒下第一把稻种、采摘第一粒芡实和菱角的时候，当他们第一次把麋鹿、猪、牛赶进圈栏的时候，当他们第一次在干栏建筑里保留火塘的时候，当他们用陶制二流三流盂盛放自酿米酒的时候，他们绝没有意识到，他们正

从事着一项伟大的创举，他们不经意地用烤的、煮的、蒸的、熏的、腌的、酿的种种烹饪技艺，开辟了“民以食为天”新天地，开启了江海美食之先河。

尉迟宝林是初唐贞观年间唐太宗李世民手下的大将，历史对他的记载不多，但南通人对他记忆犹新。那时，如皋与胡逗洲刚刚连接，形成了一个马蹄形的海湾。人们在此开垦荒田，开挖河港，挖出了一方石碣，上有“凤凰所栖，乃是宝地，石港新开，幸福万代”16个字的偈语，后遂有石港地名。这可是祥瑞之兆，各级官员便一层一层上报，李世民间之，大喜，动了亲临宝地巡视的念头，顺便品尝东南海鲜美味，于是，派遣尉迟宝林在石港监造行宫。

尉迟宝林是个吃货，对美食有着抗拒不了的嗜好，他监造行宫有十年时间，要求厨师食谱天天不同，品种餐餐有异，名义上是为皇上备菜，实际上是近水楼台先得月。

石港厨师做尽了当时名菜，搜尽了民间土菜，将盐民的“盐焗鸡”“盐虾”，渔民的“跳文蛤”“炆蜂鼻”“泥螺”“蟹鲜”“腌彭蠡”“炒烧海蜇”，农民的“炒和菜”“荷包扁豆炒蟹粉”“野鸡丝”“藁荷炒毛豆”，寻常百姓家的“金山藏玉斧”“醋椒桂花鱼”“扣鸡”“淡菜皱纹肉”“香酥肴蹄”“灌蟹鱼圆”等，都搬上了餐桌，还是达不到“菜谱天天不同，餐餐要变花样”。

石港厨师便另辟蹊径，在废弃的烹烹下脚料中，开发新食源，创制新品种。比如，用鱼肠做成“烧卷菜”，鱼皮做成“烧龙衣”，鱼软骨做成“明骨烩双丁”……他们将鱼骨熬成胶汁，冷却后成为晶莹透明的“鱼脆”，做冷菜和甜品；将废弃的鱼头、鱼鳃烧成“鹿头银肚”，成为华夏独秀；鱼皮在当时用于制革、建筑、衣裳、饰物，也被石港厨师搬上了餐桌，成为绝味珍品。

唐太宗终是没来石港，尉迟宝林监造的行宫也化为人们足下腐土，不过，尉迟宝林却无意间成就了南通菜肴的美名。当

然，尉迟宝林也做过一些其他事，比如挖了几条串场河，修了几座寺庙和宝塔，所以，南通人至今还记得他。

尉迟宝林见识的，还只是寻常百姓餐桌上的日常口味，到了宋代情况就不一样了。宋代是江海菜一个重要发展期，那些散于居民、盐民、渔民、移民中的风味菜点，经过留伏汰劣，逐步进入菜馆，植入筵席。在专业厨师那里，民间至味提升为筵席大菜。比如盐焗鸡，从煮盐锅里移入砂锅后，通过整鸡出骨加馅，外包网油、荷叶的盐焗技术，派生出“八宝虾蟆鸡”“鸡包鱼翅”等名菜。又如船上余制的磷虾，转入厨房后，派生出“白灼虾”“盐焗蟹”“酥鲫鱼”等。一招鲜，吃遍天，身怀绝技的厨大师，走到哪儿，香到哪儿。

明末清初李渔《闲情偶寄》是“中国人生活艺术的指南”（林语堂语），阐发了日常膳食中民间饮食的美学意蕴。李渔的饮饌之道、治膳原则，可以用24个字来概括：“重蔬食，崇俭约，尚真味，主清淡，忌油腻，讲洁美，慎杀生，求食益。”李渔在300多年前就强调“绿色食品”，注重生态平衡、自然和合理合度的饮食。如皋这一方水土，滋养了李渔的美食思想。

与李渔同时代的董小宛，一位身世哀婉的奇女子，民间把她与善于煲汤的商代宰相伊尹、发明调料的春秋吴国太公、《酉阳杂俎》里名菜主理唐代女厨膳祖、五代尼姑梵正、南宋宫廷女厨刘娘子、南宋民间女厨宋五嫂、清代女点心师萧美人、清代烹饪理论家王小余一起，评为“古代十大名厨”。

董小宛在水绘园里烧得一手好菜，清代徐锺《崇川咫闻录》中，记载了不少南通菜点，其中就有董小宛制作的“董糖”“董肉”“鸡包鱼肚”等。董小宛用精细白糖、榧壳芝麻、纯净饴糖、上等面粉做成董糖，香而不艳，甜而不齁。她用各种鲜花制花露，用瓜果熬果膏，腌制的咸菜黄的如蜡、绿的

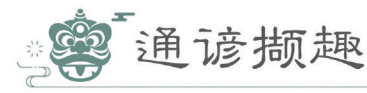
如翠，各色野菜一经她手，都有一种异香绝味。她做的火肉有松柏之味，风鱼有麋鹿之味，醉蛤如桃花，都妙不可言。冒辟疆在《影梅庵忆语》里回忆董小宛的厨艺，禁不住哀叹道：“我这一生的福，在这九年中全部享完了。”

如皋俚语里，把特别喜欢和疼爱的晚辈，叫作“小肉肉”“乖乖肉”。董小宛发明一种肥而不腻、香甜可口、油亮光滑、纹似虎皮、软烂醇香的红焖肉，与苏东坡的“东坡肉”齐名，后来又叫“走油肉”“虎皮肉”，但如皋人坚持叫“董肉”不改口。如皋人视董小宛为自家女儿，心疼她，怜惜她，把这道菜叫“董肉”，有“小宛乖乖肉”疼惜的意思在内。

除了李渔、董小宛，明清时期的陈实功、冒辟疆、柳敬亭、李方膺、胡长龄、金榜、徐锺等，都是南通文化名贤，名魁天下，作为南通烹饪文化的知音和阐扬者，对通帮菜系起到独特的文化推动和弘扬作用。清代史学家金榜所著《海曲拾遗》，详尽描述南通四时菜点制法与起源；王渔洋在《池北偶谈》中阐述南通民风与食俗的关系；晚清尤瑜所著《烹饪教科书》，是中国第一部烹饪教科书，启动了中国烹饪教育；没有人知道状元公张謇会不会烧菜，但他深谙美食之道是肯定的，民间有“饔公菜”之说，张謇在女子师范学校开设烹饪课，在中国第一次把烹饪教育引进学校；被誉为“福建第一菜”“中华第一羹”的“佛跳墙”，发源地在如皋，其原型是如皋“上八珍”，由时任清光绪福建布政使周莲带去福建后演绎而来。

毋庸置疑，及至今日，“江海菜”“通帮菜”，已是江苏菜系中的新晋巨旦。

《南通传》连载 第十六章 江海食脉：东南第一佳味



### 狼山没后壁

狼山没后壁，惊动远来人：独山北麓十分陡峭，无路可行。

锅里不开，汤罐里开：应该得到的没有得到，不应得到的反而得到了。

老先生写对子，一年不如一年：人老体衰，精力一年不如一年。

八十岁学吹吹儿：泛指老年人学做年轻人做的事情。

高岸上看火：隔岸观火。

癞巴不吃人，样子难看：虽然并没有那么坏，但是外貌很糟糕。

翻过来葫芦，磕过来瓢：翻来覆去说的是同一件事情。

草字过格，神仙不识：写字要端正，过分潦草的字连神仙都认不出来。

摘自教小平《南通方言考》



小满小满，麦粒渐满。

小满这天的傍晚，我沿着如泰运河南岸散步。从南闸桥继续往西，到海花桥。海花桥南是我原来住过的地方，王彭小区。王彭小区北门对面原来是收废品的，现在已经都拆掉变成广场公园了。好几年不去这个旧地了，我还是想去看看的。

路边有个“Blue Wind cake”的小店挺可爱，小小的乖巧样子。一座民居的一楼改造的，门朝北开，蛋糕、甜品、甜品台，私人定制。店主小姑娘，正在埋头做蛋糕，像做螺钿一样地做。她店面门口的木质花栏里头，养着茄子、大葱、韭菜。另一个木花栏里种了一株一年蓬，我疑心这不是一年蓬，谁家会特地种一株一年蓬呀。于是拍照查了，说是“欧乌头”。我还是不大相信，因为这东西虽然蓝紫色的花朵抓人眼球，却整株有毒，曾经被用来制作毒箭和毒药。我便推门进去，问店主小姑娘，到底是不是欧乌头。小姑娘说，都是房东种的，她不知道。

海花桥下走来一对手牵手的夫妇，看上去四十出头。那丈夫一身军绿，工装裤口袋蓬大，头皮泛青，精气神充足，背一个皮质军用水壶，黑褐色皮套，银白发出哑光的壶身，好像有藏文，一看就是质地很好。我迎上去，问：“你是军人吗？”

“哈哈！我不是军人。哪里看出我是军人了？”

“不是军人？你这水壶不是军用水壶吗？”

“那是酒壶呀，哈哈哈！”他老婆抿住嘴

角的笑抢答。

“啊？”我更加吃惊了，“背着酒壶来散步？”

“对呀，我喜欢喝酒，离不开酒壶哩，跑一公里就喝一口呀。”

“真的？”我瞪大眼睛，这人莫不是酒精依赖症哦？看不出来呀，“那你……喝的红酒……还是……白酒？”

“当然白酒呀，红酒有啥意思哦。”

我把眼睛瞪得竖起来，这人……一天要喝多少酒哦……还是白的……大概我腹诽嘀咕的样子太过可爱，他老婆不停向我眨眼，挤眉毛，眨眉弄眼，笑弯了嘴角地揭发：“骗人滴，酒带过去大家一起喝的，晚上去饭店吃饭，想着不如到河边散着步走过去，就把酒壶背上啦。”

哈哈，可爱的夫妻。头顶传来“叽叽叽”的鸟叫，一只鸟飞过，蹬动构树的树枝，空树枝不停晃动。树枝在晃动，鸟飞走了。树枝在晃动，鸟来过了。两只鸟起飞，又落下，翅膀扑棱棱。是一种黄褐色的鸟，头顶蓬松，看外形像是戴胜和麻雀的结合体。几只鸟像在开会，急切地叫着。如果我是海力布，我就能知道它们的话。猎人海力布能听懂鸟语和兽语，但是不能透露给别人。山崩地裂的时候，为了拯救大家的性命，他就告诉了大家自己听到的秘密，结果自己变成了石头。所以说，每一块石头都值得尊重和怜惜，因为你不知道它是不是菩萨。

不知不觉我已经来到一个园子。这园子的前身应该就是那个收废品的地方。儿子小时候，经常来这里玩儿，他有一个小

玩伴儿，就是这家的女儿，叫陈小燕。有一天，陈小燕想去我家阁楼玩儿，我听见他和陈小燕说：“你知道吗？凡是黑的和乱的地方都不好。”儿子三四年级的时候，这个废品站就被拆迁，陈小燕一家也就搬走了。

之所以判定说它是园子，因为它是有栅栏的。有栅栏，有门。从树木的粗壮程度和野生植被的情况看起来，这园子已经有一定的年头了。构树的枝叶伸出了墙，金银花的香味钻入鼻孔，黄杨苗，香樟树，石榴，紫红的桑葚果落在地上，一群鸟儿在园子里啄食，开会。这里很有一种荒芜无人的生气，由兴盛的植物所带来。人迹罕至的地方，植物便多至。植物有脚，有眼，也有感知。植物太多，阴气便盛。鸟是这些阴气里的另一种阳光与花朵。黑色的铁门锁着，扒拉不开来。探头看了半天，我也没看出这地方是做啥的。大概，堆放新冠疫情期间医疗垃圾的？园子的西隔壁有一个废弃的核酸亭子。东隔壁是一个公共厕所，一个男人从“残疾人专用”的门里出来，吓我一跳。看了半天，也没看出来他哪里残疾。这男人跨进停在路边的电动汽车，呼啦一声扬长而去。

一个外卖骑手坐在紫藤架下的长椅上，背朝大路，面朝河水。全身一套骑手的装备：黄黑条子的头盔，用于防晒的能遮挡大半个脸的面罩，冰丝的护臂，电瓶车在他的身后。

没有抽烟，没摸手机，这个年轻人静静地朝北坐着。如泰运河的水在他面前向东

### 小得盈满

□低眉

流去，永远向东流去。

一个蓝色工装服的男人坐在长椅上，抽烟。他的头盔是白色的，深蓝的衣服前襟，有一条白色夜光漆的横杠。电瓶车停在他身旁，踏板上放着一些工具。

在河边，我看到一个“南通市市级河长公示牌”的牌子。

河道名称：如泰运河（掘港街道段）

河道概况：如泰运河全长91公里，流经如皋市、如东县两地，具有供水、排涝、航运等功能。如东县境内长74.16公里，流经双甸镇、岔河镇、马塘镇、掘港街道、城中街道、大豫镇。

掘港街道境内长16.6公里，流经晒盐场村、沙南村、长桥村、港南村、灯塔社区、古池社区、日晖社区、港南社区、余荡村、掘西村、虹桥村、十里墩村、陈高村。

落日的余晖晕染了这条从泰州来的河流，它像一幅油画。

我掏出笔记本记着。一个在健身器材上转动转盘的老者问：“你穿这么多，不冷？”我这才发现，天已经暗了，风也起来了，海滨小镇的温度，还是有点大的。我有点冷。

一艘大船在河中央驶过，石屏8968，南通。这是一艘本地的船。对岸的天健蜜堂亮起了灯，隔水望去，灯火里的天健蜜堂，和大城市似乎也没啥差别。灯光真是个好东西，它能把黑暗照亮，同时也模糊了一些细节的质感。灯火下的事物，有一种超同的倾向。

如果我不说，没人会知道。对岸里，那流光溢彩的过去，曾经也有尘埃飞扬。



## “迷彩红”守护17颗抗战星

□钟晓卫

在海安这片浸润着红色基因的热土上，17位平均年龄逾95岁的抗日老兵，如同一座座活着的丰碑，镌刻着民族的不屈脊梁。作为全国双拥模范城，海安市始终以最深厚的敬意守护这份荣光。近日，海安市退役军人“迷彩红”志愿服务中心牵头，联合多方力量启动“迷彩红映夕阳红 薪火相传守荣光”志愿服务活动，以“四个一”特色行动，为英雄们送上跨越时空的尊崇与温暖。

### 一套纪念服，复刻烽火岁月

“新四军的军装，是咱老兵最珍贵的念想！”洋河集团海安分公司精心筹备的“新四军”主题纪念服，将成为17位老兵最贴身的荣耀。这套凝聚着历史温度的服饰，不仅是对峥嵘岁月的复刻，更让“迷彩红”的志愿服务精神与“夕阳红”的生命余晖交相辉映，在衣袂翩跹间完成一场跨越八十载的精神对话。

### 一份暖心礼，组织关怀网络

牛奶等营养品组成的慰问包，承载的是社会各界沉甸甸的惦念。海安福缘志愿者服务大队将化身“暖心管家”，通过日常探访把关怀送入老兵家中。从饮食调理到生活琐事，点滴行动汇聚成“不是亲人胜似亲人”的温情网络，让英雄们在晚年真切感受“被惦记”的幸福。

### 一段影像志，定格不朽传奇

“那年我16岁，揣着红缨枪就上了战场……”海安融媒体镜头将全程记录老兵们的口述历史。3分钟专属影像里，有枪林弹雨的生死瞬间，有战友相拥的滚烫情谊，更有对后辈的殷切嘱托。这些珍贵素材将被精心编撰成《纪录生活》系列纪录片，让浴血奋战的故事成为永不褪色的“活教材”。

### 一次专属诊疗，筑牢健康防线

“您的血压有点高，这个药得按时吃……”海安普泽大药房志愿服务队的家庭医生将上门为老兵们定制健康档案。从基础体检到用药指导，专业服务为英雄们的晚年健康保驾护航。这份“健康承诺”，正是把“尊崇英雄”落到实处的生动注脚。

据悉，本次活动自6月10日启动至7月30日，将通过多方联动构建起“政府主导、社会协同、全民参与”的红色传承生态圈。当17位老兵穿上军装、接过慰问品、面对镜头讲述过往时，我们看到的不仅是对个体的关怀，更是一个城市对历史的敬畏、对精神的坚守。

迷彩红与夕阳红的相遇，注定是这个夏天最动人的风景。因为我们深知：守护老兵，就是守护民族的精神根脉；传承记忆，方能让红色基因在新时代绽放更耀眼的光芒。



## 我爱南通话（二十七）

□陶国良

### 口头不是嘴边

我叔叔1946年参军，几十年南征北战，是一位经历过陆海空战斗的优秀指挥员。离休后住在上海，耄耋之年他仍然忘不了家乡南通话。有一次，叔叔的孙子来家进门换鞋时，爷爷要他“把鞋放在口头”。孙子用手抹抹嘴边，提着鞋子愣在那里不知所措。他想难道爷爷要我把手放在嘴边吗？叔叔的方言里常常出现这类尴尬的情况。

在南通话中，“口头”是一个多义词。一是“口头”的“头”读阳平调时，指说话时的状态，如口头汇报、口头作业、口头革命派等。二是“口头”的“头”读轻声时，为方位名词，与“里头”相对，指某一关口的外面或圆形器物上口外面部分，如门口头、窗子口头、酒壶子口头、油瓶口头等。原来叔叔要孙子把鞋子放在“口头”，就是要求孙子把脱下来的鞋子放在门外面。



## 南通迷人作品评析（九十四）

琴音从此断，念念今俱灭（成语） 全心全意  
作者：张强 评析：张炳星

琴音从此断，念念今俱灭，此谜面句虽为作者自撰，但读来仍能让人想起流传千古的伯牙绝弦谢知音的典故。

据《吕氏春秋》记载：“伯牙鼓琴，钟子期听之。方鼓琴而志在泰山，钟子期曰：‘善哉乎鼓琴！巍巍乎若泰山。’少选之间而志在流水，钟子期又曰：‘善哉乎鼓琴！汤汤乎若流水。’钟子期死，伯牙破琴绝弦，终身不复鼓琴，以为世无足复为鼓琴者。”这也是成语高山流水的出处。

面句用简练的语言，生动描写了伯牙在知音离世后，琴音断绝，万念俱寂的心理状态。知音已然离去，琴声又叫谁听？“此曲终兮不复弹，三尺瑶琴为君死。”（冯梦龙《警世通言》）于是，琴音断，意念灭，留下了知音难觅的千古慨叹。

谜作者运用了增损离合的制谜手法，为谜面和谜底之间搭设了一座若隐若现、回环曲折的桥梁：从“琴音从此断”中提取出“琴”“音”“从”三个字，再从“念念”中提取出两个“念”字，最后根据“今俱灭”三字，从前面的“琴”“念”“念”三字中抵消掉三个“今”字，于是，得到以下的部件：王、王、音、人、人、心、心，重新组合后，便得出谜底“全心全意”。

此谜谜面忠实于典故原文的意境，语言简练自然，与谜底的扣合巧妙，让人拍案叫绝。（南通市职工灯谜协会供稿）

为纪念中国人民抗日战争胜利80周年，有关抗战记忆类的文章，欢迎来稿：wyhappy781@163.com