



清新海鲜味

□老高

春节去北海，我们住在冠山海爱丁堡城市民宿。这里环境很好，面海而且很近，小区门口一条宽约六米的健身步道伴随一条水系蜿蜒，长达五公里。这里的年轻人很少，几乎都是爷字辈的，早晚带着孙辈在步道上散步玩耍，更多的则是拄着拐杖或推着轮椅来这里避寒的。隔着水系就有若干个高尔夫练习场，面积很大，绿莹莹的草坪，宽阔而爽眼。再对面就是大海了。

每座城市都有自己的特点和存在的理由。喜欢旅游的人，无外乎两件事，一是看风景，二是吃美食，这大概也是国人解决温饱后生活方式的选择。北海的风景自不必说，涠洲岛、金滩、银滩……我觉得北海的美食更具有特色，虽然清淡，但很新鲜很环保，没有重口味的，有益于身体健康。北海美食品种多得不胜枚举，给我留下特别印象的当属海鲜粉、海鲜煲仔粥和越南米粉。

我们住的地方附近有一家“鲜粉之家”，叫全敏北海湾云西路店，是朋友请我们去的，他们一家人每年都要来北海避寒，

对北海当然就很熟悉了。我们到的那天，朋友提前给我们预订了地方。中午人很多，店内坐不下，就在店外放了很多小凳子，就像重庆的板凳面那样。用海鲜做的海鲜粉在北海相当流行，吃海鲜就像在重庆吃小面那么容易和简单。一份二十几块钱，里面还有鲍鱼、鲜虾、花甲之类的，分量很足。我们一人一碗，吃得打嗝。海鲜粉除了主料海鲜外，配菜也很讲究，芥菜、黄豆、酸笋、酸豆角、酸菜等，让汤汁酸香十足，米粉嫩爽，汤底浓郁，鲜美可口，既经济又实惠。外地人到了北海都会吃上一碗海鲜粉，有“不吃海鲜粉等于没去北海”一说。

第二天下午，我们匆匆逛完金滩和银滩，早早来到银海区的“胜记海鲜煲仔粥”旗舰店，这里以其独特的味道和丰富的海鲜食材而受到食客喜爱。

海鲜煲仔粥有阴汤、红汤、粥底锅的，几十种海鲜明码实价，任你选择。以海鲜为主要食材，如虾、蟹、贝类等。海鲜煲仔粥在调味上也非常讲究，既保留了海鲜的原汁原味，又通过适量的调料

提升了整体的风味，适合大多数人的口味。粥底绵密，煲仔粥的粥底经过长时间熬制，米粒完全糊化，口感绵密顺滑，与海鲜的鲜美相得益彰。我们一行人各取所需，吃得酣畅淋漓。

在北海的最后一餐是越南米粉。越南粉在北海很多，那天我们去的一家坐落在高端别墅群旁，这个店中午12点才营业，我们提前几分钟到，可排队的人已经很多了，差一点没座位。

我们入座在室外的一个遮阳伞下，一人叫了一碗高汤的越南米粉。据说越南米粉的高汤通常需要用牛骨熬制至少4小时，使得汤底浓郁鲜美。越南米粉汤碗中的海鲜种类很多，如虾、鱼丸等。一碗海鲜米粉，不仅有花甲扇贝，还有鲜虾，色香味形俱全，价钱也不贵。

我原本是不喜欢吃海鲜的，但在北海，我竟然被一碗一锅的海鲜给搅动了味蕾，到现在还唇齿留香，回味无穷。（作者系中国作协会员）



回乡记

□贺红江

先倾空一年的浮躁
赶在霜雪挂在村头的黄葛树前
把冬水田里的冰凌
轻轻地敲出脆生生的回响
在冬小麦布满山坡前
把母亲种植的姜藕
一锄一锄地挖出
在东阳开始覆盖偏南的老屋院坝前
要把所有的坛坛罐罐细细洗尘
这，都是过去许多年的腊月旧事

留下的老屋
由春来秋去的燕子
和满坡撒野的黄狗轮流守着
而今我们坐在半山腰
与母亲、爷爷和奶奶众多的长辈对话
与冬天的话题不再是凛冽的寒风
我们唠叨这一年的收获
畅谈来年的光景
顺带还提了孙子曾孙辈的近况

天色已晚
聊不尽的思念
全部融入袅袅升腾的烟雾
雾锁故乡
儿时的故乡和长辈的故乡越长越大
许多的往事随着暮色
渐渐地与故乡的泥土融为一体
(作者系重庆市作协会员)

雾(外一首)

□殷贤华

雾从天上来
雾从地上起
雾从来都在
走进雾
雾就是我们的呼吸
站在山巅
雾就在脚下
我们穿透雾
雾也穿透雾
穿透河穿透我们
其实雾是石头坚不可摧
阳光也无能为力
雾从来都在
甚至来自我们心中
像尘埃
你无法视而不见
也无法彻底清除

镜子

镜子本无形
是镜框留住了身体

镜内的世界有多大
连制镜的工匠都摇摇头

镜子包容黑夜，但对于强光
镜子总是无情驳回

你照镜子，镜子也照你
一针见血
不像美梦，睁眼即逝

某一天镜子炸裂
一定经历了震撼的遭遇
那些锋利碎片
像极了卡在喉咙的鱼刺
(作者系中国作协会员)

华美的蔬菜

□张春燕

华美是我的一个转角亲戚，我老表的表嫂。自称中华最美的她年轻时真是美，到现在还隐约看得到不少痕迹：典型的瓜子脸、大眼睛、高鼻梁，嘴形轮廓分明，下巴稍尖且显俏，皮肤白净细腻。她的孩子完美地继承了她的基因，在人群中都属于颜值很高的青年。所以不少人在听到她“中华最美”的自我调侃后，都会说：“真的是美！你爹妈给你这名字起得好。”

因为老表的关系，我跟华美一家也偶有往来。蛇年正月初二，我们应邀到她在乡下的老屋玩。华美准备了鸡、鸭、鱼及猪肉、牛肉，还有

香肠、腊肉等多样腌腊制品。

更让我们欣喜的是，她还准备了许许多多鲜嫩的蔬菜。蔬菜种类很多，有菠菜、水白菜、茼蒿、豌豆尖、苋菜，还有孔雀菜……这些蔬菜都很适合放在汤锅里烫着吃。华美家的两张餐桌上，都有一口熬着鸡汤和骨头汤，咕嘟咕嘟唱着歌儿，向四周散发出诱人香气的锅。

吃着华美这些色泽鲜艳、口感宜人、清香满喉的蔬菜，两桌人连连赞叹，感慨这样的菜在城里难得吃到了，今天真是吃安逸了。听着众人的赞叹，华美很是开心，毫不谦虚地说：“我种这些菜确实花了很多功夫，从来没有施过化肥打过农药，我都是挑粪来浇，虫子多了自己跑到地里去捉。虽然累得腰酸背痛的，但是吃起来放心，而且看你们这么喜欢吃，我也很开心。”

午餐之后，华美让到场的亲戚们到她家菜地里去弄菜。她让我们尽量摘、尽量挖，然后拿出几个尼龙口袋和塑料

袋，让我们能装尽装、能带尽带。

刚刚过去的龙年，身为轮值家庭主妇的华美，在回老家照顾公公饮食起居之余，种了这两大畦菜。过了年，就轮到华美的小叔家照顾公公了。

大年初六，华美就要到位于自贡的大女儿家帮着带孙子了。她做装修工的老公开车带她去，有活儿再回来。两个孩子上班时间在单位吃，休息日在家就叫外卖，很少自己做饭，更不可能跑几十公里回老家摘菜吃。舍不得自己劳动成果的华美让我们尽量多地带回家吃，也是少些浪费、少点遗憾。

表妹边收拾边感慨：“这些蔬菜确实让人喜欢，可再喜欢，也吃不了太多呀！”她装了满满三塑料袋。表弟家过两天要请客，弟媳装了四大塑料袋。很少在家做饭的我，只装了一小袋。让这些鲜嫩可爱的蔬菜留在地里，总比拿回家去放蔫了、放坏了强。

春节过了，华美已经到那个可以观看恐龙灯会的地方，为两个孙女的衣食住行和上学放学奔忙了。她老家那两块地里剩下的、还在生长的蔬菜，一边在日晒雨淋中自生自灭，一边做着走进城市餐桌的梦。

(作者系重庆市作协会员)

棘采摘回家，用山泉水漂洗干净，除去火棘的苦涩味，然后放在太阳下暴晒，用木杵捣碎，再将捣碎的火棘用石磨慢慢磨成粉末，并用布袋装好，挂在干燥通风处。待到来年青黄不接的日子里，乡亲们小心翼翼地取出火棘面粉，掺和玉米、高粱、荞麦、野菜等一起烹煮，顺利地度过饥饿难耐的饥荒之日。

火棘不仅是一种天然的粮食，也是我们童年时期不可或缺的水果。秋末冬初，漫山遍野红红的火棘颗粒饱满，色泽诱人。每天放学，禁不住诱惑的我们都会迫不及待地钻进丛林间，任凭浑身长满刺的火棘划破衣衫，刺破手指，鲜血直流，也全然不顾，麻利地摘下一大把火棘扔进嘴里，来不及细细咀嚼，囫圇地吞下。直到大伙吃得心满意足，才真正感觉到火棘溢满唇齿的酸甜味。

大山里生长的我们秉性狂野，也喜爱打扮。尽兴后的我们，找来棕树叶，撕成细丝，将精挑细选的肥硕火棘穿成串当首饰，或别在发髻，或戴在手腕，或吊在胸前……直到火棘干瘪都还舍不得扔掉。

曾记得小学三年级时，我不幸感染上痢疾。心急如焚的父母不知所措，好在懂医的表叔告诉父母，火棘能治痢疾，建议父母采摘火棘给我吃。几天下来，我的腹痛慢慢减轻，病情也得到有效控制。

长大后我才得知，火棘的果肉不仅可止痢，还可活血化瘀，特别是对肠炎、痢疾、小儿疳积等有特效。直至今日，每每想起火棘，我都会不由自主心生敬意。



又是一年火棘红，身在异乡的游子很想回到阔别多年的家乡，驻足观看枝叶间挂着宛若串串红灯笼的火棘，品尝酸中有甜、甜中有酸的味儿，找寻儿时的快乐生活。

(作者系重庆市奉节县作协会员)

家乡的火棘

□唐安永

老家四面环山，草木丰茂，春天一到，百花盛开，美不胜收。进入冬季，气温逐渐下降，草木相继枯黄，古朴厚重的村庄在瑟瑟的寒风中显得些许苍凉，唯有山间数以万计、不畏严寒、随风飘舞的火棘，为寒冷的冬日增添了几分灵动与浪漫。

火棘生命力十分顽强，哪怕是贫瘠的土地、沟壑、岩缝、丛林，它都能肆无忌惮地蓬勃生长。火棘花开四月，花瓣粉白色，叶片呈倒卵形，叶柄很短，齿尖向内弯，初夏开始挂果，秋冬果实由青变红，黄豆大小的火棘完全成熟时呈火红色，与苹果形状极度相似。它的果实直到第二年春季才次第脱落，为山间成百上千的鸟儿提供了充足的越冬食物。火棘不仅可以食用，也是一种药用价值极高的药物，还是一种观赏性极强的植物。在家乡，火棘有许多别称——红珠、酸枣儿、火把果、红子刺、状元红、救命粮等。火棘完全成熟时，放眼望去，青翠欲滴的枝叶间，火棘相互簇拥着，一串串、一枝枝、一片片，似珍珠，如玛瑙，在寒冷的冬季里勾勒出一幅撩人的水墨图画。

老一辈的乡亲对火棘深怀感恩。“夏日百花密，秋来万籽红。穷乡僻壤生，曾是救军粮。”口口相传的诗句生动诠释了火棘曾对乡亲们有着难以忘却的救命之恩。幼小时，常常听爷爷深情讲述火棘对乡亲们的无私恩赐：在衣不蔽体、食不果腹的年月里，勤劳智慧的乡亲们为了填饱肚子，将熟透的火