



一只清水粽

□重庆晨报特约撰稿 四月

一小把米，一两片叶子，如何成为一只清水粽子呢？

当季的新鲜箬竹叶，或者寮叶，经过沸水的消杀和冷水漂洗，便褪去了山野的生涩脆弱。白净的糯米早用清水泡过，一粒粒吸饱了水分，莹润得如同碎玉。然后，在一双双巧手的托举和团转动作里，米被紧紧包裹在柔韧清香的叶片里，再用棉线或者棕叶丝捆扎，便是一个四角与椎体组成的玲珑粽体。最后在高压蒸汽里，糯米淀粉与米脂里的香气被激发释放，叶的青色与香气，慢慢渗入米的身体。自此米香叶香彼此交融，所有的香气都被热气逼了出来，又随着温度下降，一丝丝地收回去，沁入米粒的深处。

揭开绳索束缚，找到叶片收口，剥开。叶子离开米的时候，会发出轻轻的“嘶”的一声，像是舍不得，又像是终于完成了使命后的一声应答。叶片上，掌心里，糯米已经收紧成棱角分明的一团。半透明的玉粒彼此粘在一起，难解难分，晶莹剔透。

这便是清水粽了。

没有任何花哨修饰。不加红枣，不添豆沙，不裹腊肉，也不蘸白糖。它甚至不屑与任何别的味道为伍。剥开一个，轻轻咬一口，淡的；再咬一口，还

是淡淡的。稍等，米的丝丝微甜已经从齿间渗出，涌到舌尖舌边，再回到舌根。米的清甜混合着叶子的清香，一起翻卷到喉咙，汇聚到心口。你吃到的，就是糯米本身的味道，是叶子本身的味道，也是水本身的味道。馨香弥漫，那是一种极隐秘的、需要静下心来才能品出的甘美。仿佛一个沉默寡言的人，不会说漂亮话，只用一双清澈的眼睛看着你。四目相对间，你便觉得什么话都是多余的。

这是农人心血与汗水的浇灌，是应了时令季节的雨露阳光的滋养，经由火的热力淬炼，最终成全了这舌尖上的美食，也成就了人间这至清至淡的滋味。

遥想2300年前的楚地古人们，一定是用清水粽去祭奠一个诗人的。那人留下《离骚》《九歌》《天问》，愤然离开世间所有污泥浊水，举身决绝赴汨罗！那样一个品行高洁的诗人，只有清洁又纯美的什物，才能做献给他的祭品。

此时此刻，我们眼前的清水粽，静静地躺在永川乡村振兴电商产业园的成品包装盒里。它们被真空的袋子封着，不垢不净，不急不躁。生产者借助镜头和网络平台，向世人展示它们的制作全过

程，不欺瞒，不渲染，然后只是等着——等着那个懂它的人，钟意它的人，在某个安静的清晨或黄昏，将密封的盒子打开。隔着透明的薄膜，你能看见里面莹白的米粒，温润如玉。你将它拿出来，再次加热，取出，剥开叶子，那股想象中的熟悉的清香便扑面而来。你咬一口，整个世界都安静了。

很多次见过商场应时节专柜里的粽子，花样多得叫人眼花。红豆的，绿豆的，蛋黄的，火腿的，甚至还有麻辣的，形态各异口味多样，叫人不知选哪样才好。名目繁多的粽子被裹在精致的盒子里，摆在商场最显眼的地方，身价令人咋舌。明明是吃食，但商厦里的粽子是被展览的，是被当作人情往来的礼品送来送去的，是被吃粽子的人一边入口咀嚼一边互相攀比的——归根到底，不过是一只粽子吧，可人们在它身上寄予了太多欲望，让粽子失去了自己本该有的样子，被异化成了某种象征符号。

多么像现实世界里庸常的你我他啊！这世间那么多让人眼花缭乱的诱惑，到处是震耳欲聋的嘈杂喧嚣。人们忙着给自己添加各种头衔名号、各种夸张装饰，忙着追逐索取……仿佛不如此，便不足以证明自身价值。而灯火阑珊处，那个清水粽子般的人，始终是安静的，透明又干



净。Ta不会花言巧语，不会曲意逢迎，待人接物只凭一颗真心，只用最本真的面目对你。与这样的人在一起，不必设防，也无需算计，心头只觉踏实又妥帖。

一只清水粽，能够被真心接纳，便欢喜消融。一个真诚的人，被真心懂得，便不负今生了。在物欲横流的今天，做一个清水粽子一般的人，很难。能够遇见并交往到这样的人，便是幸运。

在卫星湖，遇见一只粽子。握住这只清水粽，仿佛拿起一枚小小的印章，在纷纷攘攘的世间，为自己留一个安静的印记。

飘香红烧肥肠

□重庆晨报特约撰稿 陶文盛

一箸知风雅，一锅见乾坤。一段故事，半生修行。

从《范进中举》到一碗红烧肥肠，当文学灵感照进人间烟火，箸尖轻动的刹那，便让遗失在历史尘埃中的舌尖记忆重新活了起来。

一碟红烧肥肠在桌上冒着热气，竹笋的清爽与肥肠的丰腴在舌尖交织，这滋味竟是从《范进中举》里那副猪大肠生根发芽的。这两种看似不相干的食材，在极致匠心的巧手里，完成了一场从文字到味觉的奇妙转化。

记忆里总有那么几段文字，会在不经意间改变生活的轨迹。“范进进学回家，岳父拎了一副猪大肠来祝贺他，范进媳妇在厨房将猪大肠烫熟后用于下酒。”中学语文课上，这段描述，没有像通常那样引向对科举制度的批判，而是意外地勾起了对那道“烫熟”猪大肠味道的好奇。猪大肠烫熟后是什么味道？这个问题像一粒种子，悄悄埋进少年陶鼎的心中。20年后，当厨房里飘出红烧肥肠特有的香气时，这粒种子早已生根发芽，长成一棵繁茂的树。

《随园食单》里记载着“肥肠宜煨烂”，不过寥寥五字。可这“烂”字背后，是何等微妙的尺度？是筷子轻触即散的糜烂，还是齿尖陷入后那恰到好处的弹韧？为寻找这个平衡点，着魔的陶鼎经历了太多次“过”与“不及”，记录本上密密麻麻的标注，从香料克数到火候分钟，从竹笋产地到肥肠部位，每一个变量都被赋予一个追寻极致的灵魂应有的虔诚。最终发现，秘密不在时间，而在火候的韵律：大火攻，中火炖，小火养，文火收。如同文人作诗，起承转合间，气韵自成。

传统的红

烧肥肠往往与黄豆为伴，那是一种经典的搭配。但经过无数次试验，另一种食材逐渐在灵感与时间炉火的淬炼中成了锅中肥肠的绝配，那就是被古人视为山珍第一的竹笋。

竹笋富含膳食纤维、蛋白质和多种氨基酸，其天然清甜能有效中和高胆固醇食材的油腻感。当竹笋的清香慢慢渗入肥肠的每一处褶皱，原本浓厚的滋味突然变得灵动起来，竹笋的清脆爽口与肥肠的软糯Q弹形成了绝妙的对比，两种食材在口感上互为补充。

烹饪的乐趣就在于这种微妙的平衡——既不掩盖食材的本味，又要赋予它新的生命。竹笋中的天冬酰胺与肥肠中的肌苷酸在慢火炖煮中相遇，产生奇妙的鲜味协同效应，竹笋的清香与肥肠的醇厚彼此渗透、交融。竹笋吸收了肥肠的油脂与肉香，变得更加鲜美丰腴；肥肠则染上了竹笋的清香，油腻感全然消失，同时竹笋的爽脆与肥肠的Q弹在舌尖形成的丰腴中透着甘润，软糯间藏着清脆的神奇口感，这一脆一弹、一清一浓完美的和谐是黄豆所无法提供的味觉层次。这是岁月与耐心共同酝酿的味道，最终都融入了这道菜的灵魂。

炉火映照下，这道源自文学想象的菜肴，已超越了简单的口腹之欲，记录着一个普通人如何将偶然的好奇，转化为对生活滋味的极致追求。当这锅红烧肥肠被呈上餐桌，它早已超越了食物本身：那深褐色的汤卤里，沉着的是光阴与专注；那扑鼻的复合香气中，升腾的是文火慢炖的修行。

箸尖轻启，入口的是一段故事，回味的是一种人生。



好吃麻糍粿

□重庆晨报特约撰稿 江海啸

近来常从长寿乘动车到重庆北站，然后坐轨交在临江门或较场口下车，目的地只有一个——八一路好吃街的油条包麻糍。一来二去，跟伙计都成了熟人。

“大叔，又进城吃油条麻糍啊？”“是的，老规矩。”小伙计戴好一次性手套，将油条回炉片刻放到案板上，在油香酥脆的油条上铺好一层软糯的糍粿，上面撒上少许白砂糖和炒熟的黑芝麻黄豆面，对折后装进纸袋中。趁热咬上一口，味蕾瞬间打开，细嚼慢咽，口水分泌涌出，和着热乎乎的油条麻糍收入胃中。

第一次听说油条麻糍，还是多年以前。那时刚初中毕业，父母带着我们第一次回故乡江西贵溪。临行前，父亲讲起了老家被称为麻糍粿的油条麻糍，说得津津有味，听得我们直咽口水。从那以后，我们全家都沿袭了父亲的叫法。

回到老家的第二天早上，父亲带我们来到一家不起眼的食店，第一次吃到了心心念念的麻糍粿。几口下去，味道果然如父亲所言般美妙。再看父亲的表情，如同孩子般洋洋得意，一手拿麻糍粿，一手端热豆浆，咬麻糍粿时还不忘用豆浆碗仔细地接着，让麻糍粿的碎屑落入碗中。父亲说，时隔多年回到老家，仍清楚记得小时候吃麻糍粿的味道。

说起麻糍粿，还有一件事。

去年夏末，结束西藏之行，火车票告罄，只好先到西宁，再乘坐回渝的火车。当天原本打算到西宁老城住宿，坐上出租车后，经不住司机热情推荐，遂改变计划到新城安顿下来。第二天到宾馆楼下吃早餐，竟然找到一家专门制作麻糍粿的食店，听店家讲，整个西宁就他们一家。我们喜出望外，一个麻糍粿加一碗豆浆，竟让我们爱上了这座陌生的城市。

后来，每次去八一路吃油条麻糍，我都会习惯性地在家族微信群里晒上几张照片。侄儿侄女们戏谑“还没吃够吗”？我说，这辈子都吃不够的。小小的麻糍粿融入了浓厚乡愁，承载了太多的思念。

