

行走的味道

□ 沈师

民以食为天。美食是人类生存的基本条件，也是追求幸福生活的美好愿望。幅员辽阔的国土上，人们繁衍生息，勤劳拼搏，追逐梦想，在劳动中感受丰收的喜悦，在生活中体会美味的滋养，在旅途中感受行走的味道。

旅行中的美食和日常生活中的用餐，有时我们往往只是专注美食，在意果腹，注重味蕾的体验，而忽视了它所包含的丰富内涵和独特的文化韵味。食材的生长环境，饮食的营养结构，都蕴含着文化特质。浓郁的人文情怀，悠久的传承基因，这些构成了行走中美食必不可少的要素，也是不可缺失的味觉记忆。比如食用春笋，不单单满足食物的浑然天成，同时也点燃了对春色的向往，清新的感觉，通过口舌，让春天的气息浸润心里，与大自然融为一体，蓬勃生机。

对于美食，我们不能仅仅满足于口味，满足于饱食。美食文化寓意深刻，给我们提供了自然的馈赠、人间的美味。每一道菜肴都有它美丽的传奇，每一道美食，都蕴含其人生哲学。我们品味的不单单是美食的味道，还有生活中行走的辛苦酸甜。

一年四季的岁月流转，行走的味道里，饮食是我们普普通通日子里最朴素也是最亲近的生命伴侣。食材的取舍和调配，烹饪的技法和搭配，无不充满了科学和智慧。普通而寻常的日子，在美食的作用和保养下，

流动着动能和暖意，也滋生了唇齿留香，对生活对未来激情澎湃，向往无限，于箸长碗短之间，探索解密美食的密码，开启味道之旅。

湖北恩施大峡谷风景区，我们刚下车，热心的当地人便迎上前来，隆重推介恩施特色美食——“土豆”，并再三表明“这里的土豆与众不同，不尝遗憾！”景区沿路，设有多家摊点兜售。从外表看，这儿的土豆与我们平时常见的土豆并无二致，都是圆圆的形状，大小不等，有的土豆皮上同样附着少许细细的沙土。我特意留心观察，摊点上土豆制作程序十分简单，并不复杂，先将土豆用清水洗净晾干，然后放进电锅里煮熟、油煎，呈现外焦里嫩，色泽金黄时，就可食用。问了几家店铺，几乎是统一价，10元一小纸桶，一纸桶大约能装10个左右的土豆，老远就能闻到扑鼻的香味，直勾食欲。我当即买了一小纸桶，尝尝，果然名不虚传，入口软糯，回味绵长，易消化易吸收，味道好极了，味蕾瞬间被激活。我的同伴禁不住美食的诱惑，也纷纷品尝，爱不释手，一边吃一边说：“这儿的土豆的确与别处的不同！好吃！”

后来了解得知，恩施拥有世界最大的天然富硒生物圈，国际权威机构授予恩施“世界硒都”称号，为我国稀有的富含硒土壤，加之高山昼夜温差大，日照时间长，这里生产的土豆和茶叶享誉

国内外，由此风味自然与众不同。

美食是行走的家园。味道的滋养总是潺潺流水般润泽心田，伴随回家的脚步。回到乡下老家，家人们总是默默地为我做好一切，没有更多的语言。刻在骨子里的亲情和纯朴善良，从来不会刻意表达，而是自然而然地真情流露。亲朋好友给我带来富有乡土味道的风味，崇尚纯朴、自然、简约的食材。对于游子，有时美味能够治愈归来的灵魂。

老家是鱼米之乡，著名的“无为板鸭”，还有被誉为“千里飘香”的“咸菜臭豆腐”，最能开启人的味蕾，勾起对家的回味。虽说并不是珍馐美馔，但是独特的家乡风味，诱惑我情不自禁浮起儿时的记忆，对于自小生长在江南水乡，放过麻鸭，推过石磨豆腐的人来说，这份珍贵的记忆，最能触动心底柔软的地方。其实，这时的美味已经超越了它本身的意义，尝的是亲情，品的是乡愁，恋的是故土。古法传统烹调，追求简单，扑鼻的香气，馥郁的农家味，就这样透过唇齿，漫过心头，浸润浑身每一个感知细胞，成为生活的主角和牵挂，即便是漂泊天涯，行走四方，一辈子都无法忘怀，终生伴随。

生活的酸甜苦辣，如同人生四处奔波的每个阶段，守望自然，怀想家园，调制一日三餐的百味，走向岁月深处，遥望幸福的远方。

汤饭

□ 王惠民

九江人吃早餐叫“过早”。很早前普通市民过早通常是吃汤饭。

汤饭是剩菜剩饭加水煮熟而成，是最简单、最经济的早餐。

我也喜欢吃汤饭，这个爱好是小时候养成的。很多出产稻米的地方，都有吃汤饭的习惯。

我好久没有吃汤饭了，几天前，突然很想吃汤饭。不想还好，一想到就感觉很饿，巴不得马上能有汤饭吃才好，尽快解馋。

我会煮饭，煮汤饭就更加简单，第二天早上自己动手煮汤饭！

早餐连续吃了四五天汤饭，过足了瘾，解够了馋。昨天买了面条，今天改吃凉拌面。

汤饭虽然是老百姓家常便饭，现在吃汤饭的人却不多，很多年轻人根本就没有吃过汤饭。偶尔在酒席宴上看到有一钵汤饭，那是为了解酒释腻，权当稀罕，并不当饭。其实餐馆汤饭里面的饭粒都没有煮开，质量还不如我做的汤饭。

为了增加年轻人对汤饭的了解，有必要给汤饭做一个名词注释。

“汤饭”或称“烫饭”，上海人称

“泡饭”。就是将头一天吃剩下的大米干饭，也称“现饭”，加适量的水煮开煮熟后食用。

中国历史上是一个缺粮的国家，民以食为天，节约粮食是老百姓的头等大事。吃汤饭就是老百姓勤俭持家，节约粮食的好办法，好传统，好习惯。

据说以前上海人也有吃泡饭的习俗，家家户户早餐都要吃泡饭。聪明的上海人很会生活，吃泡饭既经济又省时省力，节约粮食和时间。现在的上海人，还保留这个好传统，好习惯。

在汤饭里加入青菜和油盐同煮叫“青菜汤饭”，不加青菜和油盐叫“白水汤饭”，在汤饭里加入菜蛋肉等多种配料叫“什锦汤饭”，将剩菜剩饭一锅煮叫“杂烩汤饭”。

有人喜欢吃青菜汤饭。有人喜欢吃白水汤饭。什锦汤饭人人爱吃。杂烩汤饭也美味。

我比较喜欢吃青菜汤饭，青菜汤饭味道鲜，有一股青菜香味，色香味诱人。我有时也喜欢吃白水汤饭，白水汤饭细嚼慢咽有点甜，风味独特耐人寻味。我在吃白水汤饭时喜欢用

酸盐菜下饭，酸盐的菜酸味会令人食欲大开。热天我喜欢吃冷却了的白水汤饭，它有解暑降温的功效。

汤饭是老百姓的家常饭，方便、简单。

在粮食短缺的上世纪60年代，粮食计划供应，稀饭多，干饭少，剩饭更少，有汤饭吃不容易。

改革开放后粮食多，剩饭多，汤饭多，吃汤饭容易。

后来，早餐店多，早餐品种多，味道好，价格便宜，随时随地可以就餐。现在人会享受，嫌麻烦，不愿动手煮汤饭，又嫌汤饭口味单调营养不全面。渐渐地，吃汤饭的人也少了。

不知道从什么时候起，社会上流行一种说法：隔夜饭菜有毒，不能吃！

刚刚吃了几天饱饭，奢靡之风乍起，后来越演越烈，吹得人们不敢吃隔夜饭菜和汤饭，吹得人们忘记了吃汤饭的历史。

现在每天大量的粮食被浪费，剩饭剩菜在垃圾桶里发臭腐烂。

隔夜饭菜有没有毒不知道，但我觉得汤饭是很好的早餐，没有添加剂，卫生、安全。

走江记

□ 罗旭初

九江人说话总带着水汽，“走湖”是甘棠湖畔的闲适，“走江”却是长江边的修行。每日清晨，我总要去会会老邻居。它不像湖那般温润如玉，倒似块未经雕琢的璞玉，浪头里藏着千年文脉的棱角。

我感觉，从九江人嘴里说出来，“走江”又是个新鲜词。城区人流行绕甘棠湖、南门湖兜转，唤作“走湖”，我住在长江边，专拣江堤行走。水与人一样，圈定是圆滑的归宿，流淌却是它本分生命。

堤下沿江原先都有石阶，江水涨了又退，给那石阶留下了斑驳的印记。每当暮色垂垂，常有人在这石阶上洗涮物什，石面被水摩挲得精光溜滑。堤上游人多来去，如浮萍聚散。一直以来，无数人踩着这条岸离去或回来，各自带着忧愁或欢欣，这些足印无声，却分明都沉淀于河床深处了。唯有长江水昼夜不舍流淌，漫过了无数人的眼睛。

江堤是活的史书。有段时间，我常遇见一名老者，拄着竹杖在堤上踱步，嘴里念叨着“江水三变”——唐时是诗，宋时是画，明清成了戏文里的水袖。堤岸的末端处有一座锁江楼塔，它在千年风烟里独自站立了多少个昼夜？想当年，大江奔来如野马不驯，正是这样一层一层拔高的古塔，锁住江涛的狂暴，让百姓得以安睡在堤后，永保风调雨顺。

长江国家文化公园九江城区段的栈道像条银链，将散落的明珠串成项链。我在锁江楼旁边的四条铁牛附近遇见放风筝的孩童，线轮转动间，纸鸢掠过楼塔。孩子们的笑声惊起白鹭，翅尖划破的天空里，恍惚看见当年“九派浔阳郡”的樯桅如林。

远处，运沙船在暗沉的江面行驶，红绿灯火摇曳在水中央划出曲折的光线。那是流动的星光，是奔波的生计，是生活从未歇止的鼻息。在这吞吐万古的长江之上，小小灯火是沉浮，而江依旧是江。那光痕撕破江面的厚暗又粘合，生生不息地，竟把古老的黑暗犁开一道明亮的生路来。

最妙是雨后走江。水雾在江面织出薄纱，对岸的小池镇若隐若现，两地直线距离仅约3公里。有回遇见一名画油画的青年，支着画架在堤上写生。他笔下的长江既非壮阔也非温柔，而是“一江混沌的青铜色”，说这颜色里藏着九江城的基因密码。我望着他沾满颜料的帆布鞋，忽然明白为何有的年轻画家总画不好长江。后来，儿子以他专业的艺术口吻调皮地告诉我，他们要么把它装进湖的框架，要么用海的尺度丈量。

暮色中的江堤最是动人，夕阳将江水染成金箔。有个穿汉服姑娘常在此吹箫，箫声混着汽笛声飘向远方。见的次数多了，就熟络起来。见我路过，她歇下来与我交谈一些自己喜欢和熟悉的知识。一次，她笑着对我说：“走江不是散步，是和长江对话。我们九江人，是在江水里洗魂。”我猛然觉得，江水冲刷出的文化年轮，得用脚板去量，用耳朵去听，用心去体验，去感受浪花的味道和江州司马的感慨。

夜里走江，如同走在古今的裂隙处。脚步踏着今宵的堤沿，目光却要穿透千年水光。是啊，江水依旧日夜奔流，带不走也冲不散什么。它把历史泡成老茶，将文化酿成陈酒，让每个走江的人，鞋底都沾着九江城的魂魄……