美食地理

请到大理来"吃春

□ 罗武昌

云南被赋予"植物王国""动物王 国""世界花园""旅游天堂"等众多美 誉,资源富集、风光无限、民族众多、文 化多样、历史厚重,云南的美扣人心弦、 动人心魄、长留心间,是许多人心目中 的诗和远方。近年来,尤其"有一种叫 云南的生活""去有风的地方"等品牌成 功推介后,"样样好"就成了云南生活的

说到大理,人们首先会想到苍山洱 海、蓝天白云,会想到茶花的多姿、樱花 的粉、桃花的红、梨花的白、马缨花的曼 妙、油菜花的黄,会想到大理酸辣鱼、大 理炸乳扇、大理生皮、海菜芋头汤、诺邓 火腿、永平黄焖鸡……于是产生一种想 去世外桃源"放纵"一把的冲动,想去体 验一次"样样好"的云南生活的向往。据 相关统计,抖音"有一种生活叫大理"话 题播放量达98.6亿次,"中国最佳爱情表 白地大理"话题播放量超过2.4亿次,"去 有风的地方"话题播放量达194.7亿次。 如此"霸道"的大理,好吃、好喝又好玩, 又怎能阻止得了人们的步伐呢?

阳春三月,草长莺飞,春暖花开,各 种花卉竞相怒放,漫山遍野的花海,将大 理点缀成一个名副其实的"花花世界", 绝对可以让人在大理"大饱眼福"。除到 大理茶花谷、大理大学古城校区、苍山桃 溪谷、弥渡东谷梨园、漾濞马鹿塘杜鹃 园、喜洲古镇、洱源茈碧湖等地赏花外, 人们最迫不及待的,就是"吃春"了,足以 让舌尖上的"口腹之欲"留得住乡愁。

独厚的物种资源,灿烂多样的民族文 化,造就了独树一帜的美食文化,大理 就是这种特色饮食文化上的一颗璀璨 明珠。对大多数人而言,所有的幸福, 都是从美味饮食开始的。对于吃货们 来说,春天就是一个拿来"吃"的季节。 在云南,一直都有"春吃花、夏吃菌、秋 吃果、冬吃菜"的习俗,鲜、酸、甜、香、 辣,构成了挥之不去的云南味道。春至 大理,各种春天的花果相继成熟,各种 时鲜野菜相继露头,迎来了一大波"吃

终校 / 何俊倬

"吃春"又叫"咬春""啃春",就是吃 掉春天的第一口味道。春分,太阳直射 赤道,全球昼夜时间相等。春分时节万 物蓬勃生长,时令果蔬、山茅野菜也是 最新鲜美味的。在中国,自古就有"药 食同源"之说,有的错过季节就只能再 等一年了,于是人们便纷纷开始"吃春" 了。或者说,换个季节,许多果蔬仿佛 就没有这种鲜美的滋味了。

吃对大理人来说是一个永久的话 题。那么,除众所周知的传统美食外, 大理"吃春"又怎么吃呢? 我想大致有 五个方面的情调可以调和味蕾:

首先是"吃果"。进入春天,被誉为 "活的维生素丸"的春天第一果草莓大 量成熟,不仅营养价值高,香味弥漫着 水果市场,刺激着人们的味蕾,勾起了 人们强烈的购买欲。此外,具有祛风除 湿、镇痛作用的马桑也大量上市了。再 过一段时间,樱桃、枇杷也将渐次成熟, 正是踏青、采摘、吃果的高光时刻。

就是美丽的象征,云南很多野花都可以 吃,白花杜鹃、玫瑰花、白菊花、金雀花、 马桑花、石榴花、核桃花、海棠花等多种 花都是大理人的最爱。这些花大多要 经过焯、漂、洗,除去苦涩味才能食用。 青蚕豆也成熟了,可用青豆米与火腿、 腊肉一道制成美味汤菜,如白花豆米 汤;可用金雀花、马桑花与鸡蛋同炒,如 金雀花鸡蛋饼;石榴花、核桃花、海棠花 可与火腿、腊肉一道炒制,如爆炒海棠 花;白菊花多与清炖鸡、清炖排骨一起 制作汤菜,如菊花排骨汤等。

再次是"吃芽"。大理人发挥着美食 烹饪的十八般武艺:凉拌、蒸煮、油炸、 煨汤等等,都把能看见的、能闻到的、能 摸到的春吃进肚里。最常见的春芽是 香椿、刺脑苞(又名树头菜、刺老苞)、春 笋,如香椿炒鸡蛋、香椿拌豆腐、凉拌 香椿、油炸香椿、香椿酥饼、香椿面…… 每一顿家常饭,大理人总能把香椿的味 道淋漓尽致地体现出来。刺脑苞主要 与青豆米、腊肉一起煮汤或炒食。春笋 焯水后,炒腊肉或者新鲜肉,那味道也

再后是"吃野菜"。说到吃野菜,蕨 菜、苦尖尖(苦菜)、马齿苋、野芥菜、车 前草、蒲公英、灰条、水芹菜等等,都是 春季的时令蔬菜。这些野菜一般多苦 涩,需要焯水和冷水浸泡环节才能脱去 苦涩味,既可以凉拌,也可和腊肉腊肠 一起炒吃、烧汤等。最有名的野菜是蕨 菜,在大理,蕨菜有龙头菜、大蕨菜、水 蕨菜、毛蕨菜几个常见品种。龙头菜、

大蕨菜需要焯水、浸泡脱涩,既可凉拌, 也可同腊肉、青豆米一同炒食、烧汤,龙 头菜切断后还可以制作"泡蕨菜";水蕨 菜、毛蕨菜则主要与豆豉、腊肉、青豆米 一同炒食。这些美味佳肴,不仅爽口、 营养丰富,也是一道道乡愁。

最后是"吃茶"。大理也是茶产区, 喝茶历史悠久,下关沱茶更是蜚声海内 外。生态环境优越的茶树,在沉睡了一 冬后开始发芽。"围炉煮茶"尤其喝"明 前茶"越来越受人们追捧,"满江茶""感 通茶""银桥茶"一直都是大理人的最 爱。茶叶不但可以解渴、提神,适量饮 用还能健脾胃。近年来,"吃茶"成了一 种健康时尚的生活方式。其实,茶叶最 初就是作为一种可以食用的菜蔬而出 现的,在《诗经》里就有"谁谓荼苦,其甘 如济"的诗句。大理人不但爱喝茶,也 喜欢"吃茶"。用茶叶制作菜肴,清淡、 滑爽、茶香萦口,不仅具有降火、利尿、 提神、去油腻等功效,而且还能增进食 欲。以茶入菜,时令美食,天然纯香,只 是许多人没有机会品尝罢了。以茶入 菜,有的适宜用鲜叶,比如绿茶豆腐;有 的适宜用干茶,比如茶叶蛋、龙井虾仁、 普洱茶炖排骨、茶香鸡、茶叶炒肉等。

阳春三月,在这个迷人的花花世界 里,景色优美、花果飘香、空气清新,是 一个放飞自我的好去处。凉拌香椿、火 腿炒刺脑苞、金雀花鸡蛋饼、豆豉炒水 蕨菜、白花豆米汤、青豌豆焖饭……总 有一款适合你。别犹豫、迈开腿,来大 理踏青"吃春"吧,绝对是一个不错的选 择,会让你终生难忘的!

有风小院:

且听风吟,静待花开



□ 杨亦頔 文/图

三岁的时候,你可以为了观察一只 蚂蚁顶着烈日炙烤半天;八岁的时候, 你可以为了买一个冰棍跑遍大街小巷 的商店;十八岁的时候,你可以为了喜 欢的人飞去陌生的城市。但是在你三十 岁、四十岁、五十岁的时候,有人问你有必 要去千里之外听风看花吗?你说,有必 要。那么,请你换一种方式,在凤阳邑, 在有风小院,做一天自己。

听打理有风小院的人说,小院是 《去有风的地方》剧组来了之后用老材 料新建的,当眼前的画面在温湿的空气 中定格,每一帧都有许红豆的影子。

其实,在大理,有风的小院一直在。

走入凤阳邑,茶马古道上这个废弃 的村子,古道的不浅不深处有井,阳光 是天地编织人情人事余下的手温,偶有 人过,挑水牵马搬东西。靠边有石垒的 台案,有人把随身物暂歇在台上,抬头, 墙上有字:放下重担,背起甘泉。院子 就在不远处,木质的大门上装饰着一只 正在追玩毛线球的猫,门檐一角,有叶 藤伸出的掌。

电视剧《去有风的地方》中,闺蜜的 意外离世让事业小成的许红豆开始重新 审视生活的意义,最终,她把闺蜜永远无 法实现的愿望安放在行李箱里,去云南, 去大理,去遇见不一样的人生。有风小 院不大,所有旁观者的叙述都不如让你 自己走进去,去摹状关于小院的一天。

房间在二楼,早晨,细碎的鸟鸣轻 擦你的鼓膜。还有湿润的、混合着阳光 气息的空气,泛着那种只属于雨后嫩叶 的光泽,或许,还有蚕丝般的生动触 感。随意梳理头发,趿拉着拖鞋出门, 去看一看刚刚睡醒的村子。村口,卖早 点的铺子不少,你可以坐下来,喝一碗 油粉汤。吃饱了,不妨在村里走走,清 晨第一缕阳光斜睨着绿痕斑驳的老井 台,湿滑的马道上残留着人们往来的痕 迹。在最安静的时候,循着路,阳光透 过树隙洒下的光影,是村子灵动如水的 目光。此时,把着风的脉搏听一首歌 《the flower of India》,当和着鸟鸣,吐着 花香的音乐闯进你的耳朵,那是一种类

似于咀嚼青橄榄后喝下一口凉水的感 觉,清甜甘冽。时间还早,回到小院吧, 去当"画家",蜷在藤椅上,拨弄着随意 插在土陶罐里的野花,抚摸着扎染桌布 上的橙色光斑。那么,开始了,在你的想 象中创作一幅抽象画,无需观众,无需赞 美,还有,画不完就扔着吧,因为要吃饭 了。今天的饭菜特别可口,你吃得很认 真,认真到琢磨起一句无关紧要的话:为 什么会遗憾不完满的事抓不住的人,但 很少有人会去遗憾没有好好地活过。

在小院,有风,有花,还有一切被允 许的"懦弱"

重新走进电视剧,许红豆入住云苗 村有风小院的第一天,她看到了一直在 "打坐"不理会任何人的马丘山,马丘山 告诉别人,他要学会与自己相处。在住 客嘈杂的聊天声中,马丘山的老式手机 总是时不时响起,但是他永远听不到, 更不会接,他似乎更像是在表演,表演 "心如止水"。最后,马丘山还是坐不住 了,他向男主角谢之遥表露了内心的真 实想法,他只是想逃避,他想要回去,重 新做出一番事业。

真正的治愈,不过是找到最初的自 己。无论如何,回到自己的轨道,终究 都是好事,留下与离开都是一种选择, 就像许红豆和谢之遥,许红豆离开大理 又回到大理,她接盘了村里停工的民 宿,一年后,许红豆的听风民宿试营业,

从前有风小院的好友们回归、重聚 云苗村的故事暂告段落,凤阳邑的 风声还有余响。大理传统文化正在寻 找到某种自洽的发展逻辑,不偏于一 隅,不顾此失彼,而所有经行凤阳驿的 人们正在因为共同的理想和追求而实 现了某种必然的平衡:从一个古老村落 的焕然新生中找到保护和发展的平衡 点,用好老底子,找对新路子,在乡村振 兴的时代征途中听风吟,待花开。





拍摄时间:2024年2月24日 拍摄地点: 宾川县大营镇萂村 者:张义红

眼春色野猫山

□ 杨源忠

位于祥云县米甸、禾甸和东山三个 乡镇交界处的野猫山,是祥云较高的山 峰,海拔2868米,山上植被好,森林覆盖 率高,过去没有车路,近几年华能集团 风电的开发利用,修通了纵贯野猫山岭 的天路,为人们一睹野猫山尘封多年的 叠翠群峰创造了便利条件。

三月的野猫山,莽莽苍苍,巍巍峨 峨,奇峰雄峙,深壑盘回,深处藏着的 天然"杜鹃大花园",风姿绰约,美如 画卷,还有那山上的风塔"巨人",在 悠扬的春风中,用优雅动人的话语,述 说着青山的美好环境,成了人们旅游 的崭新天地。

进入野猫山,林海莽莽,生机无限 的丛林中,一股钟灵之气拂面而至。长 满麻栎、青刚栎、杜鹃等树绵延野猫山, 一片葱茏,给野猫山赋予了不可再生和 复制的灵秀。这些不同种类的树,恣意 地伸展,互相牵扯,四季如一。火红的 杜鹃花,伴随轻柔洁白的浮云,蕴在幽 弦慢拨中;粗壮的塔松,枝蔓和绿叶搭

成一把天然巨伞,新生的细叶,在平铺 的扇枝上,闪耀出亮丽的玉绿色彩练, 真是满眼绿色,满园春意、满目生机、 满怀希望。置身其中,就像无数生命 在心中竞相萌发,有无数美好的希冀 在胸中涌动。

登上山巅,真是一览众山小,只缘 苍穹低。从那漫山遍野的层峦叠嶂中, 才真正感悟到大自然的迷人与伟大。 似歌,愉悦着人们的听觉,若诗,浸润着 人们的心灵……

看着绿色的山林,默默地装点着寂 寞的大山,我们被带进一个美丽的世 界,滋养着怡然自得的心灵。

阳春三月进入野猫山深处藏着的 天然"杜鹃大花园",上万株杜鹃花漫山 遍野,竞相绽放,一树树、一簇簇、一堆 堆、一片片,伴云环山,仿佛花的海洋, 如此壮观景象,成了当地一绝。

野猫山的杜鹃花,朴实无华纯真淡 雅,临风笑傲自然天成。她不但花开硕 大,花朵之多,花瓣之丰腴,花色之纯 赤,花蕊之抖擞如斯者,诚非闲花杂卉 可攀,而且有的单株树冠直径甚至超过 10米,一株株呈伞状撑起,每一株都风 姿绰约,美如画卷。

在春风拂煦下,碧绿灌木、乔木中 的杜鹃花红艳似火,把整个野猫山都映 得彤红,扮美了山体,所以当地人们又 常把杜鹃花叫做"映山红"。

远眺杜鹃,如华灯万盏,似火炬千 擎,长空红遍,人间尽赤,直觉一睹舒愁 眉,再睹振颓情,三睹顿生鸿鹄志,扶摇 欲上九重霄。

近赏,那每个枝头挺立的串串花 蕾,每朵吐蕊绽放的片片花瓣,却都枝 枝缀锦,朵朵流霞,使人眼花缭乱,目不 暇接,就像欣赏一首优美欢快的轻音乐 似的令人心旷神怡。唐代诗人成彦雄 写的"杜鹃花与鸟,怨艳两何赊,疑是口 中血,滴成枝上花。"就是对杜鹃高歌啼 得满嘴流血之时,杜鹃花盛开颜色鲜红 之际的真实写照。

游移在杜鹃花影里,你会从杜鹃 花一片真情无限的艳红中看到一种 精神,她默默悄然绽放,耐得住大千 世界的寂寞和冷清,从不与百花争风 夺彩,终生信守奉献为先的名言。山 岗缓坡,沟壑峰峦,都是她生命的诞 生地。她一生都在追求自己存在的价 值,她以清新馥郁直扑肺腑的缕缕花 香,展示生命的质量,从不贪图外表 的耀眼华丽。到了悄然开放的季节, 她便不择环境地争先报春暗送馨香, 到了尽染山坡的时候,她便竞相绽放 竞吐芳华,直至凋零干枯失去生命, 也要把枝头风光留给春芽,把一树养 分留给新绿,奉献灿烂,从不言悔,将 美丽进行到底。这,已不只是草木的 禀性,这是天地间永恒的精神,亘古 不变的正气。

野猫山上还有巍然耸立的"巨 人"——风塔,在悠扬的春风中,不仅用 优雅动人的话语,述说着美好的环境, 无限的绿水青山和崭新的时代,野猫山 天地间又粗又高的塔柱和长长的叶片 组成的一排排风力发电风塔,构成了山 间观赏杜鹃花与风塔的风景线。

野猫山有精神,有生命,有情感, 迷迷蒙蒙裹在云岚雾霭里, 蓄爱不显, 欲情羞放,将爱的密码洒落山野,倾尽

大 理 美



木瓜花开春意浓

"嫣然一笑竹蓠间,桃李满山只粗俗"。这是记者3月11日在巍山县庙街镇 慧明村委会草场村拍摄到的木瓜花。

大自然是最高明的画师。木瓜花喜春雨,初春之后,在乡间的道路边、农舍 旁,都能看到木瓜花陆陆续续开放,一团团、一簇簇,尽显春色。

近期以来,随着气温逐步回升,巍山县紫金乡、马鞍山乡、南诏镇等地的木 瓜花竞相开放,各个村庄房前屋后,田间地头随处可见迎风怒放的木瓜花。

巍山是中国名小吃之乡,其中的木瓜蜜饯和木瓜醋,特别受外地游客欢 迎。目前,巍山县除本地每年生产木瓜蜜饯和木瓜醋收购木瓜20多吨外,每年 都有1800多吨鲜木瓜销往外地,销售额达3000多万元,极大地调动了群众种植 木瓜的积极性。每年春天,盛开的木瓜花成为乡间最美丽的一景,尽管它花朵 较小,却是花团锦簇,重葩叠萼,一树千花,美不胜收。

木瓜花开春意浓。那浓浓的春意,预示着又一个丰收之年。

[特约记者 陆向荣 通讯员 张玉君 徐思懿 摄影报道]