

宜春人舌尖上的美味早餐

文/龙绍平



美食离不开好水，好水才能浇灌耕种、饲养出好的食材。有了好食材，再经过人们的智慧和巧手，就能制作出各色美食供人们朵颐。

宜春有好水，一条秀江，穿城而过。这是条很古老且非常久远的河流，她有着不一般清澈的水流，像少女害羞般地在人们的眼前静静地流淌着。

早晨巷口上，有人吆喝了一声：‘恰早饭嘞！’人们就踏着晨曦出门来，奔走在大街小巷。他们在追寻着各自熟悉的味道，生煎包子、豆浆油条、炒扎粉、煮米面、馄饨水饺、油货烧饼、包子馒头、麻团油灯盏、糖油糍粑等等，各取所需，吃得个个脑门冒汗、嘴角流油。

袁山公园脚下，有一家曾记‘老上海馄饨’店。店面不大，摆着几张桌子，干干净净的。店主是个四十来岁的赣西汉子，个头不高，矮矮实实，一双巧手，一张四平八稳的脸庞总是挂着笑意。他一手高超的烹饪技艺，深得食客们的喜爱追捧。

人们尊称他为老曾师傅。他家就住在袁山公园的山脚下，每天天还未亮，他就得开车到东门农贸市场去买食材。‘老上海馄饨’店，专供早点，主打馄饨、炒粉、热干面、米面等。老曾师傅的特色是烹调肉丝米面、牛肉米面和小炒米面。宜春人早餐吃米面有着很悠久的历史。据考证，早在唐朝时期，宜春人就有早餐吃米面的习惯。

宜春米面采用的是宜春产浆米。宜春浆米米浆浓稠，米香十足，经巧手加工制作成面皮后，透亮劲道，口感特佳。

米面又有人把它称为河粉。在粤、港、澳一带有盛吃河粉的习惯，也有称肠粉的。他们的制作方法和宜春米面的制作方法大同小异，但在烹饪上却相差甚

远。吃惯宜春米面的人就能感觉出，那面，米浆不足，口感有些生涩。宜春人嘴刁，米面煮熟后，必须爽滑劲道，牛肉臊子熟而不烂、香辣味鲜。这才是老宜春人所需要的家的味道。

宜春人对米制食品的热爱，在早餐中得以充分的体现，其中最特别的是蒸米糕、糯米麻糍、米制扎粉。早些时候，在下街的挡口，有一家专卖米糕的店铺。米糕，在老宜春人的口中，称之为米包子。米包子的选料极为讲究，必须选用明月山区产的冷水田粳米。明月山粳米颗粒饱满、米浆丰富，米粒晶莹剔透，米香浓郁，是制作米包子的上好食材。竹篾编制成的蒸笼，有股淡淡的竹香味，圆形，两耳把手，小圆桌般，一屉能蒸三十几个米包子。蒸熟开笼，一个个雪白晶莹如刚冒头的雪菇，一股浓郁的米香便在下街口弥漫开来。人们便涌上前你几个他几个，到手就往嘴里送，咬一口，香糯软甜。这种味道灌注和掺杂着老宜春人的情怀，这种味道会让回忆变得鲜活，这种味道会让你的一天保持着温暖和喜悦。

一锅热糖油，一盆糯米粉面团，单手抓搓一把，捏成小蛋形，大小轻重，全在师傅这一抓一捏间。下糖油锅中炸，反复推搅，渐渐糯米团冒出油面，一股甜香味便溢出锅沿。这就是老宜春人最喜爱的糖油粑粑，宜春人叫它‘糖粑只’。

早年的古楼路又被老宜春人称为‘踩子背’。‘踩子背’背靠古楼面向大北门秀江浮桥，来往行人络绎不绝，早市餐饮格外兴隆。老‘踩子背’路口上有一老者，年龄大约在60岁左右，衣服浆洗得干干净净，戴一顶灰布帽子，支一口油锅，旁边一盆搅拌均匀的面糊，面糊有少许葱花和黄豆间杂其中，两个铁皮圆盖搁油锅耳沿上。老者坐在油锅前，探手从面糊盆里舀一勺面糊倒入铁皮盖中，用小勺将面糊抹平，然后将铁皮盖放入油锅炸。待铁皮盖内的面糊炸成金黄色时起锅，倒入旁边一个大漏勺内，控干油，四分钱一只（如今卖一块钱一只）。这就是老宜春人最喜欢吃的‘油灯盏’，咬上一口，香脆可口，嘎嘣脆响，老宜春味道顷刻间便从舌尖上弥漫开来，儿时的记忆也从脑海里涌出：马路边上油灯盏，一角钱买三只，葱花脆豆分外香，想吃尝尝过浮桥。

宜春人喜面也是由来已久的。凉拌面和小煮面，是宜春早餐食谱中的两大流派。凉拌面制作起来比较简单，有点类似于热干面，一大锅子沸水，下面煮至八成熟时捞起，将面放入凉白开水中刷上几遍，刷凉后装碗，各种配料、调味料用不锈钢盆装好排列在案几上。

小煮面讲究的是汤好、面的劲道好。我爷爷曾在中山路沙子巷口上开有一家面馆，他对食材的选用几近苛刻，特别是在熬制鸡汤的选料上，非农家散养的

‘阉鸡公’不用。熬一锅鸡汤要用两只三斤重左右的‘阉鸡公’，活鸡宰杀后洗净下锅，锅中加井水，盖上锅盖，猛火煮沸，去沫去浮油，加入姜片、少许精盐和香料包，移小火熬制六个小时，将鸡捞出斩块待用。面是手擀面，我爷爷亲自动手擀面，面粉和水的搭配要恰到好处，面和好还要反复搓揉，使面条更具劲道。将面团压扁，再用擀面杖将面来回擀压，至面成薄如纸片时折叠切丝，将面抖散下锅，焯水捞起，小锅将葱花儿肉丝炒熟加鸡汤煮沸下面条，一碗面就做成了。

到了我父亲手上，这一碗面便有了新的生命。他在我爷爷手上的炖鸡汤面上衍生出鱼汤面、大骨汤面、大卤面、鳝鱼面、脆肚面等。要说吃面，我最喜欢吃的是鸡汤面和鳝鱼面。我爸对食材的选择决不亚于我爷爷，鳝鱼必选乡下水田野生两年龄以上的鳝鱼，长要一尺开外，大拇指般粗细，洗净剖肚去骨切段，炒锅上火，地道的竹亭山产山茶油下锅烧热，下姜片葱脑爆炒，爆出香味时下鳝鱼段，煸炒至鳝鱼呈谈白色时加汤煮沸，除去浮沫转小火炖两分钟左右下面，待面完全入味，洒上少许姜葱花起锅装碗。

面，给宜春人带来的是有滋有味的生活体验，面，让宜春人体会到面与时间的巧妙融合。面，本是北方人的主食，那曾想，在江南这座小城里，面却主宰了宜春早餐的半壁江山。

回过头再来说说老曾家的曾记‘老上海馄饨’店。老曾师傅除煮得一碗鲜香可口的牛肉米面外，他们家的馄饨也是可圈可点，他们家的馄饨皮薄馅鲜、汤清味浓，甚是好味。

馄饨，四川人称抄手，宜春人却形象地称之为包面，也属面一类的早餐食品。老曾家的包面面皮薄而韧，劲道足。做馅用的是猪后腿肉。老曾师傅说，猪后腿肉的肉质精而紧密，很适合做包面馅。老曾师傅的爱人来自湖南，两人因面结缘，因面成家。同时，他的爱人也把湖南人的口味融汇进了这小小的馄饨里。现在，老曾家的‘老上海馄饨’店不仅有传统的清汤馄饨、虾馅馄饨、雪菜馄饨等，还推出了湘味十足的干拌馄饨。

有客进店，招呼一声，来碗干拌包面。‘要得嘞！’湖南口音的吆喝便荡了开来，夫妻二人忙碌的一天便在这一声吆喝声中延续着。

宜春人便又多了一碗有滋有味的早餐面，又多了一番有滋有味的生活感触……

作者简介 龙绍平，宜春市作家协会会员。长期服务于国企，做过厨师、营业员，曾任原宜春市五交化公司业务经理等职。

