

中国古代的舌尖食品好吃又方便

# 魏晋有“布头” 明朝有“萝卜砖”



随着《舌尖2》的热播,伴随着浓浓的俗语情怀,精致的刀工、复杂的环节、巧妙的加工,吃货们再一次满足了舌尖上的欲望。那么在古代,抛开那些繁杂的程序,那个年代的吃货们是否也能享受到方便且好吃的食品呢?

## 可食用的“备胎”

早在魏晋南北朝时期,人们外出自驾游,往往会在马车后面悬挂一个圆环形状的东西。不要乱猜,它当然不是像今天越野车后面的备用车胎,而是一种便利食品。至于制作工艺,首先发好一盆面,堆在面板上揉搓,形成一个巨大的面环。完了下到锅里炸,至金黄色酥方可。最后捞出锅,晾掉上面的油,悬挂起来贮存。待到外出的时候,就将炸好的圆环形状的油饼挂在车后。路上累了饿了,停车歇歇脚,顺便就拿来啃两口,既方便又能填饱肚子。

## 串起来的“花骨朵”

到了宋朝有种比较常见的方便食品叫作“饅头”,也叫“骨朵”。这种面食里面还带馅儿,制作工序类似于包饺子,但比饺子还要复杂。先要擀好面皮,搁进肉馅,完了对角折起,周边捏紧,作出一个三角形的模样。然后把三角形的两个边角对折,捏紧,这样捏出来的形状跟含苞待放的花骨朵一般。最后逐一入锅炸好,再用竹签串起来,留待日后食用。《水浒传》讲得就是宋朝的事儿,里面武大郎被毒害,武松为其报仇,叫来街坊邻居作证,问王婆的隔壁是谁家,王婆回答:

“他家是卖饅头的张公。”可见,张公卖饅头,就是开了家方便食品小吃店。

## 多功能“筑城砖”

明朝时期,有一种方便食品叫“萝卜砖”,名字同样很奇怪。它的主要制作原料就是大萝卜。把萝卜洗净去根、去皮之后,放入锅里蒸煮。冷却后,倒在盆里,捣成泥糊糊。将泥糊糊灌入准备好的模子里,脱成砖坯形状,最后晾晒风干。所以说,这是名副其实的“萝卜砖”。萝卜砖还用于军事防御上来,明朝时期萝卜砖就常拿来构筑内墙。当战火一起,全城戒严,处于防御状态的时候,城里和城外隔绝,粮食短缺,这时候萝卜砖就派上了用场。从墙上取下几块萝卜砖来,搁到锅里一煮,立即成了粥,用来充饥果腹。

## 最美味的“备荒粮”

清朝,又制作出了“耐饥丸”这种方便食品。具体做法,是将糯米炒至发黄,倒在石臼中晾晒。再将红枣入锅蒸熟,去皮、去核,同样倒入石臼晾。然后就用大杵捣石臼中的糯米和红枣。捣烂和匀之后,将糊糊取出来,团成一个鸡蛋大小的丸子。最后,铺到苇叶上晾晒风干。清人学者李化楠,他记载这种耐饥丸的效果十分显著,吃上一丸,管保半天不饿。他在余姚任职县令的时候,就曾经号召广大农民群众趁着丰收年多制作些耐饥丸,以备灾荒缺粮时食用。

(据《大连日报》)

古人如何刷牙?

## 宋朝已有牙膏 苏轼配制过牙粉

刷牙,这一重要的卫生保健习惯,从晚唐到北宋末年,用牙刷刷牙的风气逐渐形成,有保健功能的揩齿药也随之发展得多种多样。在宋代,刷牙作为一项卫生保健措施,在社会上得到了相当程度的普及。

南宋吴自牧《梦粱录》“诸色杂货”一节,在“挑担卖……”之后所列的小商品名目中,有“刷牙子”一项,临安城中的货郎沿街叫卖日用杂货,牙刷是其货担上的常供货品之一。可见,作为南宋首都的杭州城中,市民普遍有刷牙的习惯,因此才需要货郎们把牙刷送到千家万户。

《梦粱录》“铺席”一节罗列临安的著名店铺,则有“凌家刷牙铺”和“傅官人刷牙铺”——当时已经有生产、经营牙刷的专门铺子。文中还说明,“盖杭城乃四方辐辏之地,即与外郡不同,所以客贩往来,旁午于道,曾无虚日。至于故褚羽毛,皆有铺席发客,其他铺可知矣。”杭州作为当时最大的商品交易中心,城中店铺主要从事面向各地的批发业务,“凌家刷牙铺”和“傅官人刷牙铺”显然也不例外。

不仅如此,士大夫们也开始配制兼具药物和香料两种性质的原始牙粉。

北宋大文豪苏轼配制过牙粉,他用松脂和茯苓做原料,晒干捣末,拿小筛子筛一下,然后装起来。但是这种牙粉并不结合牙刷一起使用,苏轼刷牙的时候,用小勺子舀一勺配好的牙粉,倒嘴里,喝一口水,咕嘟嘟,咕嘟嘟,然后吐出来。这与其说是刷牙,不如说是漱口。

北宋科学家沈括也配制过牙粉,他用的原料很单一,只有苦参,同样是晒干捣末,拿筛子筛细。跟苏轼不一样的是,沈括刷牙是要用牙刷的,马尾巴牙刷蘸清水,洒上牙粉,左刷刷,右刷刷……打住,沈括用的不是高露洁,是苦参末。

宋朝时除了牙粉,有牙膏吗?有。北宋末年,洪■编《香谱》,收录了十几个牙膏配方,其中一个就是:沉香一两半、白檀香五两、苏合香一两、甲香一两、龙脑香半两、麝香半两,以上香料捣成粉末,用熟蜜调成糊。

如果说苏轼和沈括他们二位配制的牙粉主要用来防治蛀牙的话,那么这种牙膏的主要功能恐怕就是清新口气了。另外可以想象的是,这种牙膏在宋朝应该不会太普及,因为造价太高,老百姓用不起。

(据《北京青年报》)

