

舌尖上的信阳

青头萝卜



(网络图)

李成猛

走千走万，不如淮河两岸，一方水土养育一方人，的确如此。

在千里长淮边沿儿的沙性土壤中，就生长着一种极其珍贵而又非常普通的蔬菜——青头萝卜。

青头萝卜简称青萝卜。因其肤色不同于白萝卜、红萝卜，又因其味道有别于胡萝卜，所以自成系列，独具一格：皮薄色青，肉质翠绿，口感细腻，甜辣适度，水分充足，味如水果，所以民间流传“沙窝萝卜赛鸭梨”，此言当然不虚。

我们当地及淮河以北的广大农村，向来就有吃萝卜的习惯，且形成风俗，尤其是在立春日啃吃萝卜还有来历呢。

据说有一年立春之前，淮河两岸瘟疫流行，很多人都染上了一种说不出的怪病，大家不知如何是好。

这天，有一僧人来到一个村庄，见此情景，赶忙求拜南海观世音菩萨，祈求医治瘟疫的办法。看其静坐祷告心诚，真心济困解厄，菩萨才告诉他，等地气接通时，让乡人百姓每人啃吃几口萝卜，瘟疫便可自行解开。瘟疫散后，人们又过上了平静安乐的生活。从此，每年人们便在立春这天啃吃几片萝卜，以求平安，“啃春”“咬春”的习俗也就此形成，延续至今。

传说归传说，事实上，淮边萝卜确实大有益于身体。民谚有云：上床萝卜下床姜，不劳医生开药方，说的就是清早下床时吃点生姜，晚上上床时吃点萝卜，有利休息，有益健康。

也许有人会问，萝卜这么金贵，种植肯定很费事。其实不然，翻土耙平，撒萝卜籽，间苗除草，就这么简单。

萝卜的生长周期短。头伏萝卜二伏菜，头伏下种，快的九月份就能吃到新鲜的萝卜，再慢十月也能上市。萝卜旺季，只见大街小巷，摆地摊的吆喝，蹬三轮的叫卖，堆堆相连，车车相接，搭建的是萝卜的舞台，难怪老百姓称这时的集市为“萝卜集”，形象而不失真。

这时的萝卜最适宜生吃。萝卜皮上青下白，萝卜肉汁多味美，用水洗洗，水灵灵、嫩生生，放在嘴里，嚼得“喀嚓、喀嚓”响，又脆又甜。

小时候家穷，早晚没有熟菜就饭，只好拿生腌的菜、夏天晒的咸酱豆子来过口就饭。由于常年吃，人人吃得眉头紧锁、鼻子抽搐、味觉麻木、舌苔增厚。当然有萝卜的生活则另当别论：那是暗淡日子里的一抹亮色，属于舌尖和味蕾共舞的欢场，是一年里少有的一段快乐时光。萝卜洗净，切成丝，放在盆里，撒上盐，用手轻轻地揉一揉，将萝卜丝渗出的水滗掉，上面用切好的芫荽叶和茎顶头，别提有多美了，瞧瞧都动心，谁知道。假如条件好，滴几滴小磨香油的话，就是神仙闻了，大概也挪不动步子。

更多的家庭主妇则将青萝卜切丝炒着吃，一般情况下掺上小青菜或干张丝炒，也有辣椒炆萝卜丝的，还有小虾炒萝卜丝的，不管咋做，都别具情态，楚楚动人。

除了切丝，还可切成片。左手拿萝卜，右手拿着刀，萝卜在

熟练的主妇手里像变戏法似的一片片飞落到盘子里或盆里，或薄或厚，即使形状不规则，也没关系，只要是片就足够了，撒盐或拌糖，那得根据个人口味。一盘油炸花生米，一盘凉调萝卜片，几枚冒油咸鸭蛋，一盆萝卜炒肉丝，主客不喝个杯底朝天、一醉方休才怪呢。

另外，逢年过节的萝卜炖肉，和东北的小野鸡炖蘑菇一样，都属于硬菜类型的。其做法也很简单：先将切好的生肉片放在地锅里炒得往外吐油，然后扔些葱、姜、蒜、辣椒干煸，待出现一痕焦黄之时，将这些作料铲出，倒上萝卜片撒些盐翻炒，半熟之际，添水，大火烧开，小火慢炖，掀开锅盖，香气扑鼻，锅心还兀自“咕嘟、咕嘟”地冒着泡呢，再倒上刚才煸好的作料，无异于锦上添花。那浸了油盐的萝卜，肥而不腻的肉块，浓郁黏稠的汤汁，登时让人垂涎欲滴。

因为萝卜质地松脆、口感很好、容易入味，所以淮河两岸人家每年腊月里磨豇豆、绿豆准备炸绿豆圆子时，除了放葱、姜、蒜、辣子提鲜之外，还特意往里面掺上水豆腐、萝卜丁，这样炸出来的绿豆圆子又泡又好吃，即使以后晒干也不硌牙，放进锅里，一焯就熟，新鲜依旧。

萝卜最有名的吃法当推萝卜窝。萝卜窝是淮边飘零在外者不尽的乡愁，平时很难吃到，只有春节回到家乡时才能一饱口福。俗话说，樱桃好吃树难栽，萝卜窝好吃不易做。酥脆萝卜窝的具体做法是：第一步将萝卜切成丝，与虾皮、葱姜末、熟芝麻、五香粉、食盐等拌匀；第二步做油酥，把适量面粉用油炒黄，盛盘备用。然后和面，待面团醒15分钟之后，把面团擀成面皮，面皮涂上油酥，卷成长条状，继而切成均匀的小段，用手将面按平。擀成面皮之后，就可以像包小笼包那样将萝卜丝馅包起来；第三步就是把包好的萝卜窝放进油锅炸，炸至金黄，香气四溢，捞出，冷却，再炸，这样，酥脆萝卜窝就大功告成了。它好吃的程度，无法言传，只可意会。有兴趣的朋友完全可以亲自下厨一试，保准会给你带来意想不到的惊喜。

萝卜白菜，各有所爱。珍馐美味千百种，总也吃不够的还是淮河岸边的青头萝卜！

书画廊

共
克
坚
定
信
心
艱
心

庚子正月初九日
黄炳书于居安堂

坚定信心 共克时艰

作者：黄炳

大
愛
無
疆

庚子之春
根禾

大爱无疆

作者：刘根禾