

◎都市闲情

懒豆腐

□王剑

漯河人的餐桌上，有一道很有意思家常菜——懒豆腐。

懒豆腐的“懒”，并非懒惰之懒。只不过与豆腐相比，它的制作工序相对简单一些罢了。想吃懒豆腐，得头一天晚上动手。从粮囤里取出一瓢上等的黄豆，仔细捡去烂籽、瘪粒，剔除收打时不小心掉进去的小石子、小土块和豆角皮，然后倒进瓷盆里，用凉水浸泡。第二天一早，豆粒吸足了水分，个个滚圆饱满，金黄透亮，似乎重新焕发了生命的光彩。

搬出手摇的小石磨，把泡好的黄豆倒进磨孔里，加水，也可以放进少量的花生米、薏仁和芝麻，营养会更丰富一些。缓缓摇动磨把儿，白色的浆汁就顺着磨缝溪流一样地淌下来。不消一刻工夫，浆坯就磨好了。

懒豆腐有两种吃法。根据各人的口味，可以各取所需。第一种吃法是，将磨好的浆坯连水带渣一块倒进大锅里，小火烧开，再用大火滚上两三滚。这时，黄豆特有的腥香，就在房间里弥漫开来。加盐，放入青菜叶或者新鲜的南瓜叶，撒上切成细丁儿的葱花、蒜苗和芫荽，点几滴香油，就可以起锅了。讲究一点的，也可加入细粉条、炒鸡蛋、瘦肉末、姜末、木耳、油炸辣椒。盛上一碗，只见汤汁的白、菜叶的青、木耳的黑和辣椒的红，相映成趣，十分诱人。漯河人



把这种连汤带水儿的食物叫“合渣”，或者“白渣脑儿”。

懒豆腐的第二种吃法是，萝卜樱、小白菜洗净，控水，切成寸把长的小段；红白萝卜各一只，切成细条。然后把它们一块放入大锅里，加少量的水，大火烧开。等到青菜塌架，倒入浆坯，再放进一大捧泡好的黄豆，转小火慢煮三十分钟。这时，打开锅盖，你会惊奇地发现，豆渣已经和青菜、萝卜抱在一起了。漯河人形象地称之为“蚂蚁上树”。用笊篱捞出，挤去多余的水分，倒进瓷盆里备用。铁锅里加油，放入红辣椒、葱姜蒜末儿，爆炒出香味，再倒入备用的懒豆腐翻炒，几分钟就可以装盘了。与这种热炒懒豆腐标配的，是烙馍。最好是地火烧鳌子，火花很大的那种，趁热卷着吃。像我这种嘴馋的，一次能吃五六个。

懒豆腐含有豆腐的营养成分，又保留了豆渣中的粗纤维，入口有一种沙沙的感觉。不仅是居家常备的菜

品，也是招待客人的一道美味。

有一年秋天，几个朋友从南方来，我们游览沙澧风光，畅叙文学幽情，天马行空，云山雾罩，好不快活。虚的来过了，中午该来点实在的。我思来想去，决定用懒豆腐款待他们。没有小石磨，我用豆浆机来替代。没有地火鳌子，我用平锅来将就。择洗滤切，煮捞煎炒，一阵手忙脚乱之后，清香四溢的四菜一汤就上桌了。一碟凉拌菠菜，一碟西红柿炒鸡蛋，一盘青椒肉丝，一盆热炒懒豆腐，外加一筐烙单馍，一锅玉米糝稀饭。朋友看见了，禁不住两眼放光，一边大快朵颐，一边连呼过瘾。

离我家不远的菜市场的一角，有一个卖懒豆腐的摊点。摊主是位老太太，穿一身素净的衣服，她一般傍晚的时候出摊，一大盆懒豆腐不大一会儿就卖完了。我骑车路过她的摊点时，有时会买上几块钱的，不买时就站在旁边默默地看。老太太手脚很麻利，背有点驼，每次看到我时，她都会露出淳朴的笑容。她的笑容很亲切，很温暖，总让我想起乡下的母亲。昨晚，我给母亲打电话，言谈之中，说了很多萦绕在我记忆里的美味。母亲说：“想吃懒豆腐了？回来吧，妈给你做！”

四方食事，终不过是一碗人间烟火。清浅时光里，如果能经常吃到母亲做的美味，该是一件多么幸福的事情啊！

◎百味人生

朴素的生活

□殷亚平

跟三五友人去苏州听了昆曲《牡丹亭》。“给我一小时，还你一千年”，听不懂多少唱词，只沉浸在昆曲婉丽妩媚、一唱三叹的意境中，整个人随了杜丽娘与柳梦梅的故事起伏着。

从会馆出来，外面不知何时飘起了小雨。静夜街头，人影散落，忽然传来几声清脆的叫卖声。循声望去，只见街边一家卖香肠的店铺内，一位年轻父亲和两个六七岁的孩子笼在柔和灯光里。女孩裹一身碎花小旗袍，男孩着一件浅蓝色运动衫，各自踩了一个木制小方凳，调皮地趴在咖啡色柜台上，帮年轻父亲叫卖着。孩子只是觉得好玩，倒是他们脸上挂着的那抹天真无邪的笑，仿佛水洗过的天空，澄清空明得似乎要将人融化。

苏州的那个夏夜，那段老街，那场昆曲，还有那几许明灿灿的笑，就这样镌刻在了记忆中。

朋友在老家空旷的院落里种了几棵木瓜树。木瓜树发芽了，开了粉色花朵，挂了椭圆形果子，朋友都会拍了照片分享过来，并信誓旦旦地说，一定把最大最美的一颗留我享用。听了她的承诺，仿佛木瓜的清香已经隔着手机屏幕传过来。

转眼到了冬日，朋友忙我也忙，一直没有机会见面。下第一场冬雪的那个寒夜里，我独坐窗前，看窗外雪花飞舞，百无聊赖中想起旧事，便假意生气那个违了诺言的人。过了好大一会儿，不见朋友有什么动静。正疑惑间，瞥见手机屏幕亮了一下，只见一张木瓜的照片静静躺在天蓝色的背景里。木瓜依然不失饱满模样，黄色果皮上还覆着一层透明冰晶，大概刚从枝头凋落不久。其实朋友早已钻进被窝，零度左右的天气，室内又没有暖气，不知道她是如何冒着寒冷去雪地里捡拾木瓜的。

所谓的知己就是，无论对方在哪里，彼此间永远都会有一份情愫熟悉且顽固，它就像一个高级定位系统，一头连着朋友，一头连着自己，任岁月缠绕编织成琐碎生活中最美好的回忆。

一天清晨出门，见马路上到处湿漉漉的，以为又是洒水车刚造访过。到了河边公园，触目皆是深深浅浅、层层叠叠的绿。原来前一天夜里落了一场春雨，那些水杉、银杏还有黄山栎等在风里静默着，刚刚抽出的新叶鲜嫩滋润得如同新生婴儿的肌肤，染得周围空气仿佛起了层绿雾般，让人忍不住想摸一下或者嗅一番。河边公园一角，四五个老太太一溜排地蹲在那里，身边竹篮内、布袋中或者铺在地面的塑料薄膜上，摆满了刚刚摘下的各色时蔬：韭菜、荆芥、黄瓜、蒲公英，还有一些叫不上名字的野菜，仿佛沙场点兵。蔬菜的青葱水灵与老太太们经了风霜的容颜在绿色背景的衬托下交相叠映着，组成了公园里最独特的一道风景。

生活中有太多的熙熙攘攘，人来车往。愿我能于千篇一律的生活里，滤掉不必要的喧嚣，享受那一个个朴素片段带来的美好。



◎生活纪事

艾蒿

□周桂梅

每年惊蛰前后，百虫出洞之时，艾蒿也开始蠢蠢欲动，它伸出稚嫩的手掌，迎接春风的洗礼，春雨的沐浴，在阳光下伸了伸懒腰，舒展开周身的筋骨，轻轻弹了一下身上的露珠，周围散发出馥郁的芳香。

我与艾蒿相处了多年，房前屋后大路边都有它临时的居所。尽管这几年村里到处都铺满了水泥路，它的家搬了一次又一次，我从来没有把它舍弃。最后，我把它“请”到了自家的院子里。

在我童年的记忆里，艾蒿我们称它为艾草。在我眼里它全身都是宝，既是药材又是食材。每年清明前后，母亲把鲜嫩的艾叶从根部掐掉，洗净控干后撒上干面粉搅拌均匀后清蒸，蒸熟后浇上辣椒芝麻油即可食用。第二茬用镰刀割，像割韭菜一样二十天割一次，割一茬长一茬，一直到谷雨后停止收割让它自由生长。它的生命力非常旺盛，能长成一米多高。

到了五月初五端午节那天，母亲就把周边的艾蒿割回来，挂在树上晾晒。父亲再把剩余的残缺的艾草编织成绳条，等到三伏天用来熏蚊子，留下一部分等到秋后或冬天用它做备用。因为这时的艾草正值青春旺盛期，它体内的多种元素还没有被污染，所含的馥郁气味也没有流失，正是收割的好时节。

母亲从姥姥那里得到好多偏方，别人都嫌麻烦，很少有人收藏干艾



草，唯独母亲喜欢收藏。如果谁家生了小孩，三天后要用一小把干艾草加一小勺食盐熬制成半盆水给孩子擦洗身子。据说孩子很少得红眼病，腋窝里没有狐臭气味。总之，艾水起消炎散毒的作用。

我经历了三次剖腹产手术，第一次手术刚好下了一场大雪，因寒气温人落下不少毛病，母亲每年都要给我送来一大捆干艾草。到了冬季，我用艾草熬水洗脚驱寒气，有时早上因受凉打喷嚏流鼻涕，我就用几片艾叶一个鸡蛋熬水饮用。十年后，这些体寒症状慢慢减退，从此我与艾草再也舍不得分离。

后来，我在《诗经》的第十小节里又和艾草碰撞在一起。艾：植物名，菊科植物。先秦时的“萧”，指的是现在长遍大江南北的艾蒿。艾蒿没有妖娆的形体和芳菲的花，但在古时，越是由浅绿到暗绿长得长久，在祭祀的眼里就会越具神性，而被放到

社稷、宗庙的供桌上。可见神也是不喜绚烂妩媚的浮华，想要在朴拙清雅里醒神静坐的。

孟子曾言：“七年之病，求三年之艾”。可见艾草的药用价值是非常奇妙的。艾蒿晒干后存放两年或三年，效果比当年采摘的更有效。其中有一首古诗这样写道：“端午时节草萋萋，野艾茸茸淡着衣。无意争艳呈媚态，芳名只有庶民知。”一般老百姓对它很有兴趣，一直用来食用并熬水贴敷其患处来逼出体内的寒气。

这几年，每到春天，我用鲜嫩的艾叶掺鸡蛋包饺子、摊菜馍，或用少许瘦肉掺艾叶盘成包子馅蒸包子，到了五月初五前后我开始收割艾蒿，晒干储藏。到了夏季，再把去年的艾蒿拿出来点燃熏蚊子，把凉透的艾灰用细筛过一下除去灰渣，然后把艾灰储藏玻璃瓶内以作备用。

如果夏天被子叮咬后，局部有红肿，撒上干艾灰能杀菌消炎止痒；如果磕伤碰伤，艾灰可以止血消肿。用艾灰和啤酒调和在一起，放在厨房内、卧室、卫生间可以驱散异味。冬天，还可以用艾叶和橘子皮装枕头，橘子皮晒干后把它打碎用艾绒包裹住就可以了，用于驱寒醒脑。每隔半月在阳光下暴晒一次，一年后就换新的。

艾蒿很平凡，它虽然没有花的妖艳，但它却能给你一缕芳香，一片绿色。它的爱是深沉的、浓郁的、热切的、滑润的；它的魂魄是纯洁的、高尚的。所以说，艾蒿全身都是宝呀！