

□张西昌

## 核桃须

农历三月阳春，万花飞叠。

当树叶都舒展开来的时候，果树的花儿也次第落泥。这时候，核桃树的叶尖也在慢慢萌生，核桃也已开花了。

核桃花很腼腆，似乎有些形不示人，很长时间里，我不知核桃须就是它的花朵。那时疑惑，这一条虫状的物什，不知是派什么用场，就像白杨树的絮条落下来，孩子们将之插到鼻孔里，扮作老翁。

说它是花，也不大能让人相信。因为核桃树极高，花蕾又小，实在没法看见。

虽然家乡的核桃树不少，但知道其须能吃，已经是很晚的事了。师弟家在商洛，说是少年时，每季

法，是将其晒干，呈黑色，可以炒肉，亦可做汤，泡水来喝也是很好。我在某店里曾吃过核桃须炒鸡蛋，深褐色的核桃须与嫩黄的鸡蛋相衬，如柴门鲜花，情味盎然。略带筋道的核桃须和柔嫩的鸡蛋入口，真是美妙的口感组合。

核桃须富含磷脂，有益于增强人体的细胞活力，促进造血功能，此外，还能有效降低血脂和胆固醇，预防动脉硬化。遗憾的是，这样的春味却难得能吃到。如今工作繁忙，心难旁骛，每年春来的时候，总是想着外出闲游，赏花观云，但是等到酷夏已至，才蓦然发现，那些想赏的春花早已开败了。

## 花椒叶

花椒不仅可以佐食，椒叶也是一种别样的美味。

在陕南人的味觉习惯里，秦味

花卷的制作中。在农家生活中，人们总想力所能及地丰富食物的滋味。简单的办法，便是往馒头里加盐、糖、辣椒面和椒叶。如今吃馒头，若不就几个小菜，可能便不好下咽了，但那时的人们，只能干馍独吃。因此，可想而知，这些用来调剂的味料，对那时的人们来说，该是多么兴奋！那是对孤寂味觉的犒赏和慰藉。

到了留坝，我才听说一种奇怪做法：炸椒叶。

要吃炸椒叶，采的时候便可以整丫来摘，自然也无须分拣切碎，稍作冲洗，便可制作面水，小麦粉里加上鸡蛋，可使其口感酥脆，再稍微加些盐巴、椒麻料进去，味道会更加丰富。这种连枝带叶的造型在面水里自然挂带不匀而别有韵味。炸的时候，速度的拿捏，火候的掌控，都是难得的经验。我是眼看着侯晓明炸椒叶的，但因为速度太

仲春临近，香椿开始散发出幽淡的气息。大人们制作了一种夹刀，用来采撷香椿。夹刀是用小而锋利的镰刀制成的，头部可以活动，配以绳子的牵拉，只需将鲜嫩的香椿芽套住，瞬间便可切下。清明时节的绵绵细雨，让香椿芽出落得玉润而醇香，因为香椿芽采食的周期很短，故而在农人眼里，它比田里自种的任何蔬菜都珍贵。

香椿大抵分两类，一种是紫香椿，一种是绿香椿。前者叶色暗红，柄干略绿，北方多见，而且紫香椿光泽清亮、香味浓溢、纤维少而油脂多，故受百姓欢迎。相较而言，绿香椿则香味稍淡、油脂较少，故此也种植较少。对于香椿那种扑鼻的香味，喜之者久而难忘，厌之者却是躲之不及。

用香椿做食物，吃法广泛，手法亦简单，总的来说，多是将其作

用白醋、食盐及麻油相拌，以略呈酸味为宜。香椿鸡蛋是最为经典的传统搭配了，将比例合宜的香椿切丁，与蛋液搅拌，待油稍热时，入锅略炒即成。

制作香椿菜的工艺，通常简单到不屑用语言来描述。但它浓郁的香椿素味道，却常常令人无法忘怀。在我看来，关中人所擅长的油泼面，更能将香椿素发挥到极致。面最好是手擀面，手揉杖擀，能使面粉在水的调和下更加柔韧和筋道，这样也更能与香椿丁脆爽的口感形成对比。而且与香椿相配，面条不宜太宽，以韭叶面为最好，这是农人们保证口感的经验总结。关中人做面，其味多在臊子，但是香椿面却不必，经过略微焯水的香椿丁，覆盖在温热的面上，再撒上适量食盐和辣椒粉，油煎后以铁勺泼洒，油落烟出，一股浓浓的香椿味便扑鼻而来，令人味蕾顿张。油泼面，这种工艺极简，但味觉和口感相得益彰的大众美食，其中富含着令人兴奋却难以言表的民间智慧。

几年前的春天，我到泾阳访友，见餐馆里有香椿面，自然作为首选，老板告诉我，渭北所生的田头香椿，绝不会辜负味蕾对于春天的体验。果不其然，那一碗香椿面是我尝到的最为难忘的香椿美食了，这种简朴泼辣的烹调手艺，也成为我经年不忘的味觉记忆和期待。

香椿可以炸着吃，是我在秦岭中的收获，留坝人称为“香椿鱼”。初到此地的第一天，同学刘勇从汉中赶来，夜间，几人约在他同学侯晓明的馆子里，在留坝县人民医院的对面，曰：壹殿川菜。知我是外地人，侯晓明心领神会，说要做几道家乡的土菜。自然是春笋炒腊肉、玉米凉粉、鱼腥草和香椿鱼。

香椿鱼的做法简单，似乎人人皆知。将香椿洗净，保持原形，和好面糊糊之后浸入其中，当然，面水的稀稠很重要，要能恰好挂住为佳。这面水里，放了鸡蛋、食盐、五香粉、花椒料和味精等。然后热油烧起，快速煎炸，因此，做香椿鱼的办法通常被称为“煎”。煎是比炸更轻巧而迅捷的一种烹饪手段。

侯晓明虽不多言语，但菜肴的形、色和味，显露了他的慧颖。令我惊奇的是，经过煎炸的香椿尖，薄薄地透出光来，居然能够看到叶形和脉茎，尖儿口感爽脆，根部有面粉的韧度。因而，此菜入了口，我们禁不住会举起酒杯来，因为那种用口腔挤压香椿鱼的脆薄感，就需要用一口酒浆来补充。客观来说，经过面裹、油煎的香椿鱼，香椿素的味道是淡了一些，但那种独特的薄脆口感，却只有初春的嫩叶才会有。

(本文摘选自《山家风味》，内容有删节，标题为编者所加)

都会吃到这种食物，做法也很简单。引孩童发生兴趣的，往往是其怪模样的，以及对它身体里春野之味的觊觎。

丁酉仲春，数友相伴，到终南去访冬子。此处虽然山浅，但也比

关中平原的气候要凉，春天要晚。

一路看來，杨树的叶子似乎探头最早，赭黄与草绿杂糅的通透昭示着春日的煦暖，大多数的树木还能看到清晰的枝丫，稀稀疏疏的叶子罩染着丰润的绿色。

我们在杏树下饮茶，随心漫语，冬子突然说，核桃须早可以吃了！于是几人拿了盆，到屋侧的大树上去摘。山里空气好，核桃须很是干净，粗粗的已如小香肠，虽然稍老，但还可以吃。我和红艺兄个子高，跳起来便可抓住树干往下拽，一刻钟工夫，已得满满一盆。

核桃须吃的是筋，并非花。冬子吃过，教我们来捋，就是将须上的花蕾搓掉，只留内筋。我们想到了一个妥帖的字“接”，那种脱掉花蕾的轻柔感，让人心生欢喜，几个人一边劳动，一边欢笑着探讨此字的动作，一是此字颇有动感，二是“接”的动作极其丰富。一会儿工夫，满盆的核桃花被捋去，只剩了一碗须筋。冬子拿去焯水，须臾捞出，凉拌即成。

在山里吃春野之味，简单而有情味。核桃须的口感比海蜇要柔，植物的纤维在齿间被分解，清香之味淡淡溢出。有个窍门是，调味的时候，用凉开水稀释盐醋，这样不能遮盖核桃须的本味。

核桃须除了吃鲜，还有一种办

占三，川味占五，此外，还有楚味和湘味。不管怎么说，花椒总是他们离不开的味料。所以，路过陕南人的门前、田埂时，常会看到花椒树的身影。

仲春时节，花椒叶沐浴沾露，姿态招展，椒叶虽不大，但味道实足，在单调的农业生活中，常常成为农家人一道别有滋味的美食。那种冲冲的麻香味，使人一说起，就会唤起舌尖的记忆。此时，花椒叶子未老，味道尚足，要是等到立夏之后，老叶不仅无味，而且干涩难食了。

在我的老家宝鸡，有几种农人们最爱做的椒叶美食，分别是椒叶煎饼、椒叶锅盔、椒叶花卷和椒叶炒鸡蛋。

我最爱吃的是椒叶煎饼。老人擅做的，是那种薄软如巾的，在农人们巧妙拿捏下，面粉温柔的性格和含蓄的本味衬托了椒叶的爽脆的任性，糯香异常。田埂上的椒叶味道最浓，采回淘洗，阴置沥干，用刀剁成碎片，然后加到用小麦粉和成的面水里，面水的稀稠以尚可挂住筷子为宜，要想更有滋味，还可加入鸡蛋，但不能多，多了会影响面粉的黏韧感。然后用筷子不断搅拌，使之均匀。一切判断，全赖经验。

做椒叶煎饼最好是用平底锅，锅底拭油，文火加热，舀少量面糊倾入，使之徐徐摊开，然后提起锅来，摇晃调整，使面水平匀。约莫两三分，一张煎饼即成。和了椒叶的煎饼，不仅视觉上美观，味道更是鲜香。

同样的办法还可用到锅盔和

快，也没大看清楚。盛在盘子里的椒叶，因为有了面粉的加持，形态更显枝条，像是古时富家女子头上的花冠、步摇。而煎炸的过程中，金黄色的油面冒出的泡泡，则像是对它精致造型的赞叹与欢呼。

吃此食时，有一种好奇而又不忍的奇妙心理。在口腔中，椒叶边缘的小刺和叶面炸干的面糊糊会形成微妙的磨砂口感，再加上爽劲的味料，给口腔带来的感觉，就好似一首火辣热情的民间乐曲，让你瞬间振奋。

## 香椿

我是个吃饭并不挑剔的人，对于各种食料的味道，也总能欣喜接纳，比如大蒜、芫荽和香椿等。各种食材的形、色、质、味，是天赋自然的精华所凝，再加上人工之力的精妙烹调，则更加臻美和完善。

草长莺飞的春日，我喜欢到菜市场里去，在诸多的蔬菜中，我最想买的就是茵陈、香椿、苜蓿和豆蔓尖了。在我眼里，这些蔬菜含带着春日的鲜香气息，同时也会让我忆起童年时的原野，那种明朗而质朴的生活，总与这些蔬菜的味道相连。

直至今日，我还清晰记得自己所降生的那个院落，幽静而神秘，后院连着土崖的窑洞，门口则是茂密的一片树林，其间树木多样。因此，随着季节的变换，不同的风景也会在门前次第展开，令我童年的生活丰富而有趣。在这些树木中，最先报告春味的就是椿树。

为佐味之菜来对待，因此很少与多种蔬菜相配。将其与面搭配，则有香椿卷、炸香椿、香椿饼、香椿面……善于酿酒者，喜欢将之与鸡蛋、豆腐、虾仁或各种豆类相拌。此外，焯水凉拌的香椿滋味更浓，为善饮者所钟爱。香椿的味道起初并不浓，但是略经简单烹饪，其味则充盈家户，久久不散。因此，喜食者对于香椿的眷顾，基本都是冲着味儿来的，那种辛中带苦的清香之味，吸引着万代的食客。

椿树是我国最早种植的树木之一，食香椿之俗，据说早在汉时即有了，千余年来，北国香椿，岭南荔枝，一直是供奉朝廷的时令佳物。颇富生活情味的苏轼曾在其《春菜》一诗中说：“岂如吾蜀富冬蔬，霜叶露芽寒更茁。”说的就是香椿。自古而今，在清明的春雨里，祭祀家祖，采食香椿，一直为百姓所钟情。

虽然如今很多蔬菜没了节令的限制，四季可食，但是香椿依然有着极强的时令性。清明时，和孩子去市场买菜，主人告诉有两种香椿，一种是田香椿，一种是棚香椿，前者是生于秦岭南麓田间地头的椿树之上，后者则是蔬菜大棚所植。虽然没了幼时围树而观的兴奋，但对味道还是要尽量保证的。

我最喜欢做的两种香椿菜是香椿豆腐和香椿鸡蛋，简单易行，也滋味可口。用香椿做菜，通常将其切成碎丁，与豆腐相拌，自然先要焯水，但是速度要快，稍稍入水，待颜色泛绿便可用笊篱捞出。豆腐以嫩的为好，加入香椿丁后，



周红艺 绘

# 在节气美食中感受“山家风味”

山间岁月，水上时光，人类的生活总是有赖于时与空的多维融合，才会有多种多样的食材工艺、民风乡情。《山家风味》以二十四节气为脉络，细致描绘了秦岭山脉不同季节、不同地区的特色食材及其烹饪方式，展现了山乡人家的生活智慧和对自然的深刻感悟。作者张西昌通过对食物的深入观察和体验，传达了对传统饮食文化的尊重和对现代生活节奏的思考，这不仅是一次味觉上的旅行，更是一次心灵上的归隐。



《山家风味》  
张西昌 著  
领读文化 | 河北教育出版社

都会吃到这种食物，做法也很简单。引孩童发生兴趣的，往往是其怪模样的，以及对它身体里春野之味的觊觎。

丁酉仲春，数友相伴，到终南去访冬子。此处虽然山浅，但也比

关中平原的气候要凉，春天要晚。

一路看來，杨树的叶子似乎探头最早，赭黄与草绿杂糅的通透昭示着春日的煦暖，大多数的树木还能看到清晰的枝丫，稀稀疏疏的叶子罩染着丰润的绿色。

我们在杏树下饮茶，随心漫语，冬子突然说，核桃须早可以吃了！于是几人拿了盆，到屋侧的大树上去摘。山里空气好，核桃须很是干净，粗粗的已如小香肠，虽然稍老，但还可以吃。我和红艺兄个子高，跳起来便可抓住树干往下拽，一刻钟工夫，已得满满一盆。

核桃须吃的是筋，并非花。冬子吃过，教我们来捋，就是将须上的花蕾搓掉，只留内筋。我们想到了一个妥帖的字“接”，那种脱掉花蕾的轻柔感，让人心生欢喜，几个人一边劳动，一边欢笑着探讨此字的动作，一是此字颇有动感，二是“接”的动作极其丰富。一会儿工夫，满盆的核桃花被捋去，只剩了一碗须筋。冬子拿去焯水，须臾捞出，凉拌即成。

在山里吃春野之味，简单而有情味。核桃须的口感比海蜇要柔，植物的纤维在齿间被分解，清香之味淡淡溢出。有个窍门是，调味的时候，用凉开水稀释盐醋，这样不能遮盖核桃须的本味。

核桃须除了吃鲜，还有一种办

法，是将其晒干，呈黑色，可以炒肉，亦可做汤，泡水来喝也是很好。我在某店里曾吃过核桃须炒鸡蛋，深褐色的核桃须与嫩黄的鸡蛋相衬，如柴门鲜花，情味盎然。略带筋道的核桃须和柔嫩的鸡蛋入口，真是美妙的口感组合。

核桃须富含磷脂，有益于增强人体的细胞活力，促进造血功能，此外，还能有效降低血脂和胆固醇，预防动脉硬化。遗憾的是，这样的春味却难得能吃到。如今工作繁忙，心难旁骛，每年春来的时候，总是想着外出闲游，赏花观云，但是等到酷夏已至，才蓦然发现，那些想赏的春花早已开败了。

## 花椒叶

花椒不仅可以佐食，椒叶也是一种别样的美味。

在陕南人的味觉习惯里，秦味

占三，川味占五，此外，还有楚味和湘味。不管怎么说，花椒总是他们离不开的味料。所以，路过陕南人的门前、田埂时，常会看到花椒树的身影。

仲春时节，花椒叶沐浴沾露，姿态招展，椒叶虽不大，但味道实足，在单调的农业生活中，常常成为农家人一道别有滋味的美食。

那种冲冲的麻香味，使人一说起，就会唤起舌尖的记忆。此时，花椒叶子未老，味道尚足，要是等到立夏之后，老叶不仅无味，而且干涩难食了。

仲春时节，花椒叶沐浴沾露，姿态招展，椒叶虽不大，但味道实足，在单调的农业生活中，常常成为农家人一道别有滋味的美食。

</