

瓜蔬盛宴消长夏

王锋



夏日炎炎,瓜蔬满园,如果连续一周烹饪,几乎可以吃到每天都不重样的菜品。

最令我难忘的是小时候,每年夏天,母亲都会为我做各种瓜蔬盛宴。这时,西瓜也逐渐上市。虽然不敢多吃以免闹了肚子,但炒西瓜皮却是一道别样的美味。此时的瓜皮娇嫩可口,将外皮削去、内囊挖尽后洗净切条。与青辣椒一同下锅爆炒,其味清脆而鲜美。若觉得味道寡淡,还可加入咸菜丝用来调味。这样的瓜皮炒制方式既美味又解暑,为炎热的夏天带来了一丝清凉。

那翠绿如玉的丝瓜或清蒸,或爆炒,每一口都充满了自然的清香。清蒸丝瓜时,只需简单调味,搭配几片薄薄的姜片和几粒枸杞,便能在蒸锅中释放出迷人的香气。出锅后,再淋上几滴香油,清甜爽口,真叫人回味无穷。

在这样的夏日里,母亲做的丝瓜蛋汤也是一道不可或缺的佳肴。先将丝瓜切片,与鸡蛋一

同下锅,轻轻搅动,让蛋液与丝瓜均匀地交织在一起。

火候要适中,待丝瓜熟透,蛋花浮起,便可出锅。此时,撒上一把葱花,翠绿的丝瓜与金黄的蛋花相互映衬,令人垂涎欲滴。若是在烹饪时加入几片鲜虾,那便更是锦上添花了。鲜虾的鲜美与丝瓜的清香深深交融,每一口都仿佛是大海的味道。

瓠瓜,那椭圆形的翠绿身影,在夏日里格外诱人。轻轻去皮,切成薄如蝉翼的片状,再放入热锅中,用猪油净炒。随着锅铲的翻动,瓠瓜片逐渐变得晶莹剔透,起锅前,撒上一把切碎的小葱,翠绿的葱花点缀其间,宛如翡翠白玉,既香又好看。

当瓠瓜用来烧汤时,切成四方块,绝配的搭档莫过于泥鳅。火候的掌握是关键,泥鳅炖得烂熟,却仍能保持其形,而瓠瓜则不能煮得太烂,

保持适度的口感,恰到好处。当热汤盛入碗中,趁热喝上一口,瓠瓜的淡淡甜味与泥鳅的鲜美相互交织,既香又甜,荤素互补,真叫人泛馋。

南瓜,也是家喻户晓地美味。净炒南瓜时,若是嫩南瓜,放些生姜丝更能凸显其清香。而炒老南瓜时,则以大蒜调味更佳,蒜香与南瓜的甘甜相互交织,让人食欲大增。有的人则喜欢用老南瓜蒸肉,南瓜的吸附能力让油脂与肉香结合,肉质醇厚,南瓜则变得软绵绵、甜糯糯,满口留香。

更不能忘记的是西葫芦。它形似长条的南瓜,皮薄肉嫩,汁水丰富。烹饪时火候的掌握至关重要,火候不足则口感脆硬,火候过旺则易烂不成形。食堂里常炒的西葫芦,往往因火候不当,而失去了原有的本真美味。因此,在家中烹饪时,务必掌握好火候,才能品尝到西葫芦的自然口感。

阳光炙烤着大地时,一道清爽的炒苦瓜便能驱散一身的暑气。苦瓜,虽名为“苦”,但经过巧妙的烹饪,却能变得回味无穷。将苦瓜切成薄片,与少许豆豉一同下锅翻炒。豆豉的咸香不仅中和了苦瓜的苦味,更是相得益彰。

黄瓜,是夏季常见的蔬菜之一,其清爽的味道深受人们喜爱。将黄瓜洗净切片,简单翻炒便能上桌。但若是觉得黄瓜的青气过重,不妨加入一些火腿肠或咸鸭蛋来调和。火腿肠的咸香与咸鸭蛋的鲜香都能与黄瓜的清新相互衬托,让整道菜的味道更加鲜美。

上苍在夏季为我们安排了如此多美味的瓜菜,也在默默地告诉我们要安住当下静享时光的清凉与美味,由此,酷热而躁动的心情也在这难熬的夏日里,得到抚慰。

正因为有了如此丰富的瓜蔬盛宴,炎夏也变得甚是可爱了起来……

《为“荷”执画笔》

李珂珂

金湖是闻名遐迩的荷花之乡。而金湖荷花对我的成长更有着特殊的意义。

在金湖,人们有种植荷花的传统:城郊,有种荷专业户,也有许多在自己房前屋后种植荷花的农家。池塘里盛开的荷花,似乎让我进入了另外一个时空。荷花神奇的表情符号,让我至今还记忆犹新。

17岁那年暑假,我住在金湖的姑姑家,时值绘画专业考试,一直苦于没有一个理想的画题,那段时间怕家里人担心所以只能尽力克制,但终究心事难掩,时常愁眉。

一天,姑姑说“金湖荷花节”开幕了,便非要拉着我去赏荷散心,我虽无闲情,最终也为拗不过。谁承想那一次的赏荷的经历竟化成了一首诗,一幅画,甚或是一股味道般镌刻在我的记忆深处,每到盛夏耳边似乎都能听到风翻荷叶的声响……

真是百闻不如一见。看到了金湖荷花,我才真正领略到了荷花的美。在万顷碧绿中,人也像进入了蓬莱仙境,飘然若仙。环顾四周,那荷花盛开的、半开的、刚露尖的都那样惹人喜爱,随手掐一朵来清香扑鼻。那叶子,则如千万把碧伞,高的、低的,绽开笑容撑开,为水底世界的生命遮

风挡日,多高尚的绿叶呀——衬出了荷花的美也未失去自身的绮丽

走在荷塘深处,观赏着绽放的荷花,羞涩的菌苞,青葱的莲蓬,能看见“小荷才露尖尖角,早有蜻蜓立上头”的小清新;也会浮现“接天莲叶无穷碧,映日荷花别样红”的磅礴大气;走着走着,竟会情不自禁的吟诵出“出淤泥而不染,濯清涟而不妖”的诗句来。一时间,只顾低头玩味着古典诗词中对荷花高洁品质的意象和隐喻。

正当思绪还延宕在唐诗的海洋里时,突然从远处的荷塘里“扑楞楞”地飞出几只白鹭,这不正是宋词中“常记溪亭日暮,沉醉不知归路。兴尽晚回舟,误入藕花深处。争渡。争渡。惊起一滩鸥鹭”所描绘的画面吗,真是让人醉了——醉了!

望着无边景致,荷叶滤出的新风拂面,让人大有醍醐灌顶之感。忽然,我的眼睛一亮,仿佛被灵感的闪电击中。值此良辰,本就该不负这“荷开盛世”,为什么不干脆以“荷”为题呢?跟姑姑商量过后,在那二十天左右的日子里,我每天吃了早饭就带着速写本和几个午餐面包,高兴地在荷花池塘旁,画着画着,忘记了阳光的热辣,忘记了青春期的躁动。

那天,在满池摇曳的碧盘中,有一朵盛开的白荷花格外的风姿绰约,我决定先画这朵。等我画毕,已经到了中午,于是就坐在荷塘边吃饭,刚吃几口,竟鬼使神差般的扭过头去。我呆住了。刚刚画好的那朵盛开的白荷,竟然在一瞬间,悄无声息地坠落在池塘里,只剩下孤零零的莲蓬。

那一刻,不禁心中充满惆怅,那么美的一朵花竟刹那消逝,仿佛是了却心愿,放逐自我的归去。看着那些落下的花瓣充满怜惜同时也感到庆幸,我及时把它的容颜永远地留在了画里,或许,也是在那一刻我也找到了自己绘画的意义。

生命或有阴晴圆缺,但我们可以彼此成就和欣赏。

我眼中的荷花是慧光流溢、自在无争、清逸通明、高雅圣洁,于自性慧光中阐明心境,是心灵和宇宙世界的融合观照。因此能画好花是一个画家的幸事,我能喜欢画荷花,亦是我的幸事。

令人难忘的是在我人生最好的年纪里,我拿起一支画笔,遇到了一朵高洁傲然的白荷,亲眼见证了它在眨眼的瞬间中被时光摧毁。于是

每次回想起那个午后,仿佛都能听到荷花荡的深处有催促我的声音:画我吧!画我吧!于是,我时常追问自己,这世界那么美,而美的事物似乎又总是那么脆弱,而我的画笔是否能成为平衡这种矛盾的可能。

后来,每年荷花盛开季节我都会去金湖荷花荡里写生。写生的过程,不仅仅是了解一朵花的结构,更多的是跟这朵花进行的交流和感悟。记录下她们每一次盛开的容颜。实际上我画的是我理解和感悟到的花,那是我眼里和心里的花,跟别人看到的也许并不一样。

基于年少时在金湖荷花深处的感悟,美院毕业之后,我步履不停,画笔不辍,因为每次想到休息,耳边都会响起荷塘深处的催促的声音。所以我不敢停。画母亲,画姑姑,当然还画荷花,画一切我认为美而易逝的万物……

其实画画就是画心里的一种感受,通过画面就可以关照自己的内心。当你对于生活有说不出的感受的时候,只要拿起画笔,恣意而又专注的去表达自己,就可以获得慰藉。并不需要语言,都在画里。

