

霉干菜烧肉 供图/张庆民 FOTOE



夏来薄饭频寒菹

撰文·供图
杭悦宇

江南人家夏天的餐桌上，有清炒绿豆芽，有火腿蒸干张，也会有盐水煮毛豆或者糟虾、糟鹅、糟肉之类，但是最受欢迎和魅力常在的，则是一碟清鲜的雪菜（雪里蕻，原料为芥菜 *Brassica juncea*）肉丝毛豆，或者是一碗乌黑的霉干菜（原料亦是芥菜）蒸肉，或者是一盆酸爽的冬瓜番茄咸笋汤，所谓“饭中鱼肉不如一口咸菜”。

雪菜、梅干菜、咸笋均为浸透中国文化的食品，古称咸菹（亦作咸菹，菹与菹同音，故可能混通），泛指腌渍的菜蔬，老百姓称之咸菜。不同于通过发酵的泡菜（通常密封），也不同于用酱或者酱油腌制的酱菜，咸菜就是开放式的，只用盐腌制的食材（关于这些概念和分类，百度上一片混乱）。带儿子的小保姆，曾经教刚识家务的我做过一种菜，将豇豆洗净、切段，用凉开水冲

几遍，然后放入大碗，淹没凉开水，盖上另一只碗，五天后取出洗净炒食，美美的酸酸的。现在想来，这种食品实为泡菜（著名的烧酸菜鱼的潮汕和四川酸菜也为此类），而不是咸菹。

《说文》曰：“菹，酢菜也。”而“酢”原意酸味或通“醋”，现代“酢菜”又指本质上如泡菜的发酵品，如云南的茄子酢、湖南的辣子酢。《周礼》记载：“凡祭祀……以五齐七醴七菹三饔实之。”郑玄注：“七菹：韭、菁、茆、葵、芹、落、笋。”其中茆是莼菜（*Brasenia schreberi*）；葵是葵菜，又称冬葵（*Malva verticillata* var. *crispa*）；落一说是落葵即菊花，一说是苔。古书中还出现过瓜菹、瓠菹、苋菹、昌（菖蒲）菹、桃菹、梅菹等等，查过很多解释都说是腌菜，但《诗经·小雅·信南山》有载：“疆埸有瓜，是剥是菹，献之皇祖。”《周礼·仪



雪里蕻炒肉丝

礼·聘礼》：“堂上八豆，设于户西西陈，皆二，以并东上，韭菹其南，醯醢屈。”因此，我想最古代的“菹”可能并不是指腌制物，而是指祭祀礼仪食品的称谓，比如菹菜之类似乎不可能被腌制而食。

渐之，“菹”变指酸菜，如《荆楚岁时记》曰：“今南人作咸菹，以糯米熬捣为末，并研胡麻汁和酿之，石窖令热。菹既甜脆，汁亦酸美，醒酒所宜也。”这种酸菜因用了糯米等淀粉，会产生发酵，如今腌制时放入面粉的朝鲜族泡菜，即属于此类而为真正的“酢”。

但是，咸菹（咸菹）一定是指腌菜（咸菜），“仲冬之月采撷霜蕪、菁葵等杂菜，乾之，并为咸菹”。咸菹又有名寒菹（亦作寒菹），四川作

作者简介

杭悦宇，笔名六月牛，江苏省中国科学院植物研究所植物多样性及系统演化研究中心研究员，南京农业大学兼职教授、博士生导师。主要研究方向为植物系统与分类学、植物及功能基因演化。研究之余，自2016年6月创建个人公众号“草木悠家”，旨在进行植物与文化的科普。现任江苏省第九届科协委员，江苏省植物学首席传播专家。



左：菹菜 右：冬葵 供图/武晶



家流沙河曾考证，“菹”是四川人称为折耳根的鱼腥草（蕺菜 *Houttuynia cordata*），“寒”作凉解，“寒菹”即凉拌折耳根。其出处是《苏沈良方》：“蕺菜生湿地山谷阴处，亦能蔓生。叶似荞麦而肥，茎紫赤色。山南、江左人好生食之。关中谓之菹菜。”然，唐代卢纶：“寒菹供家食，腐叶宿厨烟。且复执杯酒，无烦轻议边。”南宋舒岳祥：“冻芋共煨须熟火，寒菹对嚼欲生冰。”前者河北保定人，后者浙江宁海人，均不是鱼腥草食区，故我以为寒菹（菹）可能仅是咸菹（菹）的音错，毕竟很多地方的方言中“寒”“咸”是不分的。

做咸菹的原料多到难以想象，就地取材是宗旨，顺手拈拈就是了。最常见的是十字花科的芥菜，包括了芥菜原种以及它的一些变种，如雪里蕻、榨菜、大头菜、芥菜疙瘩、金丝菜等，甚至还有野芥菜（*Wild Brassica juncea*），都是咸菹最重要的原料。不过“云南玫瑰大头菜”是酱菜而不是咸菹，因腌制时用了酱油。有的地方做咸菜用白菜，有的地方用萝卜，吉林延边有咸蕨菜，湖北建南有咸青菜，云南开远有



上：鱼腥草炒肉 中：鱼腥草 左下：周庄阿婆菜 右下：扬中咸秧草

咸蒿头，江苏扬中有咸秧草（南苜蓿*Medicago polymorpha*，又叫金花菜、草头）。苏州周庄、同里的水苋菜（阿婆菜），是用青菜（*Brassica rapa var. chinensis*）地方品种苏州青的菜苔（苏州人叫“菜箭”）腌制的，而苏州人称的“咸白菜”，则是用长梗品种的青菜腌制的。在宜兴合作基地，我还吃过西兰花花柄腌制的咸菜，从缸里湿漉漉捞出，凉开水冲冲，切片，加麻油、糖即可食用。品尝咸菜的时光，就是“茶供含秋露，菘菹带早花”的意境。

还有一种称之为“暴腌”的方法做成的食材，我觉得也应该属于咸菹的范畴。所谓暴腌，就是盐腌时间长则两三天，短则数小时。比如人人皆知的凉拌黄瓜，就是把黄瓜用盐腌制极短时间，挤去盐水加调料食用，类似的还有早春的莴笋丝、盛夏的西瓜皮、晚秋的萝卜片、隆冬的白菜条。苏州人暴腌青菜的花头最多，春季青菜去皮“菜箭”老茎，冬季大青菜的菜梗头（茄瓢头）、菜梗，均能用盐腌一晚上，早上起来凉开水一过，滴入酱油、麻油，加点白糖，就是很好的就泡饭小菜，脆嫩鲜香，还带些黏汁；冬季大

青菜、莴笋的叶切细，用盐抓几下，便是“盐齏菜”，放置一会儿，就可爆炒辣椒毛豆肉丝等。

腌制较长时间的菜品，腌好后还有很多不同方法的后续加工，比如腌雪里蕻，就有水咸菜、干咸菜、梅干菜之分，其实指的就是不同的加工品，无非是晒不晒、晒几次之类的。这样的腌菜，一般不能生吃，而要延伸至菜肴里，成就了无数名菜，比如苏帮菜中的经典“雪菜豆瓣汤”（此“豆瓣”为塘鳢鱼的腮帮肉）、炒三冬（冬菇-香菇、冬笋、冬菜-雪菜）、雪菜炖老豆腐等，宜兴人的呱唧菜和烧田鸡也是断断少不了雪菜的。

“菹有秋菰白，羹惟野苋红。”很多时候，咸菹是一道风景，比如吃梅干菜，就会想到乌桕树，以及乌桕树下的风波和喋喋不休的九斤老太；吃水苋菜，就会幻见摇橹船，以及石拱桥下的水流和平静安宁的临河人家。“餐酪供晨钵，菹芹荐晚樽。”寻常人家的日子，就像咸菹，平凡如菜芥，但却是一年四季有保障，让人安心。

（责编 桑新华）



左：暴腌青菜 右：腌瘤芥菜