

长江边的野生菰



雕胡雁膳，葑水清味

撰文·供图
杭悦宇

回故乡，老爸常会谈起他早年的学生，苏州有名的美食家华永根先生（苏州市烹饪协会会长），我遂抽空查了查先生的资料。华先生曾经的大作《与“水八仙”长相守》，似乎看得出这位被称为“苏帮菜一道名菜”的苏州人，有着道地的情结和心得。据说华先生曾手写菜单，并在得月楼化为一桌活色生香的水八仙时令宴。开宴冷菜中的一朵朵雕成白兰花状的茭白，得“用手捏碧绿葱段做的兰花梗，蘸点小碟里的醋”食用；还据说那天桌上的装饰是“扁扁的提篮里，竖着一束带青壳的茭白，一颗似石榴般的芡实与散落的剥出来一粒粒鸡头米相呼应，一把绿水芹、

一根白藕映衬着几只褐色荸荠、茨菰、红菱，还有一杯水淋淋的莼菜”。

苏州人的“水八仙”一般指茭白、莲藕、茨菰、水芹、荸荠、菱角、芡实、莼菜，它们都是水生植物。虽平常但也稀罕，属清补淡雅之物，恰如清代表枚所说：“味之精微，口不能言也。”位于“水八仙”之首的茭白，更是特别，时而是“虾子茭白”微腥嫩齿，时而是“香糟茭白”清冽爽口，时而似“酒焖茭白”醇厚软味，时而如“莼鲈之思”淡雅醒神。

“莼鲈之思”是西晋文学家张翰的思乡典故，鲜莼过桥，汤盅放在客人面前后，再轻轻把

蔬菜茭白



鲜莼滑落在汤盅内，随之飘逸出莼菜那特别的清香。红色火腿丝、洁白鱼丝、橙黄茭白丝，加之翠绿莼菜芽，五彩缤纷，口感平淡中见骨子，骨子清丽中显素雅。有一说，张翰此菜重点是吴中茭白，然后才是莼鲈，不知何故，历史却把茭白冷落了。

“茭白”是蔬菜名，植物名“菰”（*Zizania latifolia*），禾本科植物。正常的菰禾态如同水稻、小麦等禾草，六月开花，九月结实。菰的茎如感染“菰黑粉菌”，就会膨大而成“茭白”；

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：吴中茭白 右：茭儿菜

菰米



菰的茎如不感染病菌因而不膨大，也能作蔬菜食用，称为“茭儿菜”。古籍上菰名“菰”，又名雁膳、菰粱、安胡、蒋实、雕菰等，最常称的是“雕胡”。“胡”和“菰”同音，因猛禽雕喜食菰米，故被称为“雕菰（胡）”。菰产的“米”被称为“雕胡米”或“菰（菰）米”，能像大米一样烧饭吃，食用历史至少3500年。中国古代俗称禾、黍、麦、稻、菽、苽为“六谷”，故菰米在当时是重要的粮食。

李白有“晚进雕胡饭，月光明素盘”，杜甫有“滑忆雕胡饭，香闻锦带羹”，陆游有“雕胡幸可炊，亦有社酒浑”，可见菰米曾经的辉煌。菰茎的食用记载，可追溯到《尔雅》：“蘧蔬似土菌，生菰草中。今江东啖之甜滑。”《本草图经》则首称茭白：“菰，今江湖陂泽中皆有之，即江南人呼为茭草者。生水中，叶如蒲、苇。春亦生笋，甜美堪啖，即菰菜也，又谓之茭白。”

古时川鄂湘及下游的太湖流域，都分布着大量野生菰。春秋时浙江的湖州曾因到处生长着菰，被称为“菰城”。唐宋以后，栽培农业发展，开始驯化选育不结实而茎庞大的植株（茭白），野生菰的适生环境就越来越少，终至“雕胡米”消失，后人逐渐失了认识。实际上，现在

很多地方的沼池野塘里，野生菰还顽强地生存着。去年为做项目，我在苏州常熟的长江边见到并采集过。

早年，加拿大和北美的大湖区边缘浅水沼泽里，生长着大面积的野生菰，当地的印第安人会在秋天划着独木舟去采集菰米。17世纪，欧洲人陆续进入大湖区，神父享尼平不认识菰米，将其描述为“湖中不经过任何耕种，生长着丰富的水生燕麦或野生稻”，因而北美洲的菰一直被误称，累及文献及后人。

有2500余年历史的苏州古城，原有十座水陆并列的城门。位于东南一隅的为“葑门”，陆门雄立，高悬“溪流清映”横匾，印证着水门临溪。查字典，“葑”为蔬菜名，《说文》：“字亦作蔓、作菘”，即十字花科青菜、白菜类；《坊记》云：“葑，蔓菁也”，亦为十字花科的食根菜类。而《晋书音义》却记：“菰草丛生，其根盘结，名曰葑。”吴地方志所释：“方言谓封为葑，葑者，茭土缪结，可以种植者也。”因此，“葑”如与“菰”相连的意思指的是“菰草的根”，“四面湖泽，皆是菰葑”。所以，“葑”不是“菰”，但起码说明以“菰根”命名的葑门外的湖泊水泽，确实菰草丛生、婆娑丰茂。

西晋时，吴中茭白与菹羹、鲈脍号称“吴中三大名菜”。至南宋，号称“石湖居士”的范成大（苏州人，石湖是苏州名胜）说：“菰，即茭也，菰首，吴谓之茭白，甘美可羹。”苏州人的家常菜中，茭白通常切丝或片，清炒、炒毛豆、炒肉丝、炒雪里蕻；切成斜刀块，油焖、红烧肉、烧汤。初夏时节到小菜场买二斤活蹦乱跳的籽青虾，用水漂洗出虾籽，即可做虾籽茭白或虾籽茭白酢。虾籽茭白的做法是将新鲜茭白切成长方体条块，用刀面拍松，上蒸笼，洒上虾籽，拌匀；虾籽先放姜末、烹酒略煸，不想烦的直接淋上些虾籽酱油（苏州人的传统调味品虾籽酱油，家家必备、四季常用，买的“采芝斋”最好，自己家熬的最放心）。虾籽茭白酢的做法是将三分之一的吴江大头菜丝+豆腐干丝，三分之二的茭白丝，用白酱油一炒即成。这两道都是正宗苏帮菜，前者还上了《舌尖上的中国》。

左：虾籽油焖茭白 供图 / JS715826 (汇图网) 右：茭白炒毛豆



野生菰，花开似苇似茅，实米任意飘散零落，续了生命的自然演化；栽培菰，茎断如脂如玉，种子从此思虚梦断，由了残根月生年灭。一种植物，竟然有这样的两般命运。“菰蒲深处疑无地，忽有人家笑语声。”对于食者，则是皆大欢喜了。

赵筠《吴门竹枝词》云：“佳品尽为吴地有，一年四季卖时新。”茭白之于苏州，如同杭州的笋、山东的葱。老诗人臧克家说：“写到家乡的菜，心中是另有一种情味的。”

(责编 桑新华)



茭草