

N都市快报
北京青年报
北京晚报
齐鲁晚报

春意盎然，百花竞相开放，除了到处赏花、拍花，春天吃花也是一件风雅又有趣的事情。吃花，文艺一点叫“以花入饌(zhū àn)”，自古就有。屈原在《离骚》里描写过“餐花饮露”：“朝饮木兰之坠露兮，夕餐秋菊之落英”，算算历史，已经超过2000年。古时，会这般远离人间烟火，去一门心思研究吃花的人，最早基本上是文人雅士。毕竟对大部分老百姓来说，“吃花”约等于“吃空”。

但从宋代开始，吃花这件事成了全民皆喜爱的一种雅致生活方式。水灵灵的时令花卉，可以制糕点，也能入茶入酒。南宋石狮籍美食家林洪，还认认真真搞了多年“花饌谱”，他的《山家清供》里共写到了八种花十二道菜。所以，春天的花到底能有多好吃？又有哪些花可以做成美味佳肴？



樱花是春天的颜值担当



玉兰

油炸花片当零食
慈禧就爱这一口

首先是正在满城盛开的玉兰。很多人喜欢玉兰，是喜欢它外观好看，但也有些人喜欢它的香甜。《群芳谱》中记载：“玉兰花瓣洗净，拖面，麻油煎食最美。”历史上，还要数慈禧太后吃得最讲究。

据说，慈禧对玉兰情有独钟。每到官苑里高大的玉兰树开花的时候，慈禧就会令宫女们采摘肥硕的花瓣，带回御膳房，将花瓣浸在鸡蛋液、淀粉糊里，再炸至金黄酥脆，做成玉兰片当零食享用。

类似的“炸花片”，苏东坡还曾发明过一种“炸牡丹”的吃法。

梅花

不仅可熬粥吃
还是解酒神药

论好吃，梅花也不会输。《山家清供》里，描述过各式与梅花有关的食谱，梅粥、汤绽梅、蜜渍梅花等。其中有一道，南宋人爱吃的梅花汤饼，类似汤面片。

大致做法是，用白梅花和檀香末泡过的水来和面，擀成面皮，再用梅花模具按出一朵朵薄片，煮熟后沥干捞起，浇以去油鸡汤，成就了一道风雅的梅花汤饼。

南宋诗人杨万里不仅十分钟情梅花食物，还爱喝梅粥，他在《寒食梅粥》中写道：“脱蕊收将熬粥吃，落英仍好当香烧。”

梅粥怎么做？《山家清供》中写道，先把梅花花瓣洗干净，用雪水和白米煮粥，等粥熟了，再把梅花放进去一起煮。还有将梅花花蕾蜜渍后，用来当花草茶冲泡的“汤绽梅”。

宋人还发明了一种梅花做的解酒神药，叫“素醒酒冰”，这个雅致的名字据说是北宋词人黄庭坚起的。“素醒酒冰”形状有点像Q弹的果冻，用淘米水浸泡琼芝菜(也叫石花菜)，在太阳下暴晒，频繁搅动，等到发白，捣烂，再煮到烂熟取出，放入十数瓣梅花，等它成冻，用切碎的姜、橙做蘸酱，可以醒酒，闻起来还有寒香扑鼻。

鲜花入饌

古人是认真的



紫云英

花蜜美味
茎嫩味似豌豆苗

紫云英也是春天里才有的花。它也是我国主要蜜源植物之一，还专门有一种紫云英蜂蜜。

除了花蜜美味，它的嫩茎也能食用。周作人在《故乡的野菜》里也写到了紫云英，“有一种野菜，俗称草紫，通称紫云英。农人在收获后，播种田内，用作肥料，是一种很被贱视的植物，但采取嫩茎淪(音:yuè,意为‘煮’)食，味颇鲜美，似豌豆苗”。

不过，紫云英也分为有毒和无毒两种，若少量长期食用会慢性中毒，大量食用则会导致急性中毒。所以，如果不会分，还是不要轻易尝试了。

春天花儿的味道好不好不知道，但古人吃花，本也不是为吃而吃，更多还是一场风雅，一种腔调。

温馨提醒：
春日赏花，可千万不能去采了来吃，文明赏花，人人有责。



桃花

唐伯虎酒醉
还来花下眠

桃花不仅自己美，还有美容价值。唐代孙思邈的《千金要方》中记载着“桃花三株，空腹饮用，细腰身”。唐末至五代初期时的农书《四时纂要》中写道：“是月三日，取桃花片收之，至七月七日，取乌鸡血和，涂面及身，光白如玉。”

古时人们喜用鲜花入酒，制成佳酿，形成了“吃桃花酒”这一历史悠久的习俗。

明代著名画家唐伯虎特别喜欢桃花，36岁时选中了苏州城北的桃花坞，建了一处幽雅清闲的家园“桃花庵”。庵中种满桃树，他就住在桃花丛中，自号“桃花庵主”。他还在《桃花庵歌》中写道：“桃花仙人种桃树，又摘桃花换酒钱。酒醒只在花前坐，酒醉还来花下眠……”



白颈长尾雉在紫云英丛中
(海都记者 马俊杰/图)

古人赏花 氛围感拉满

春暖花开，说到赏花，古人才是一把好手，他们氛围感拉满，把风雅玩到极致。

唐人赏花有点“野” 组个车队一起寻芳

一提起大唐盛世，脑海里难免会浮现出几朵开得正盛的牡丹花，那可是一代女皇武则天的最爱。每年到了花开之际，武则天都要搞个以牡丹花为主题的大聚会，然后把大臣们都请来，吟诗作赋，抚琴唱和。后来的唐穆宗也是一个“花痴”。穆宗作为皇帝，为了赏花，居然一点都不矜持，直接就躺进了花丛帐里。

不过说到底，武则天和唐穆宗都住在皇宫里，他们赏花的路子还不够“野”，路子“野”的赏花高手在官外。据《开元天宝遗事》卷上载：“长安侠少，每至春时结朋联党，各置矮马，饰以锦鞵金鞍，并辔于花树下往来，使仆从执酒皿而随之，遇好围则驻马而饮。”唐代的公子哥们每到赏花之时，就会组个车队，每个人都开上一辆豪华马车，车内有美酒佳肴，只要开到有花的地方就立刻停车，下来赏花，顺带吃个野餐。这种组车队赏花的形式在唐代特别流行，被称为“看花马”。

宋朝四个簪花男子 赏花赏出的宰相

与唐代人轰轰烈烈的赏花风格不同，宋代人决定将赏花这件事作为春日里随处可见的日常，从庭院美化到家居布置，甚至是穿衣打扮、宴饮餐设，处处都要能赏花。

宋代春日里最受欢迎的花当数芍药，它的栽植与观摩绝不亚于牡丹。据载，当时的山东密州、河南陈州等地都举办过芍药花会，一时间风靡全国，前来赏花的人铺天盖地。据说当时的芍药花会，聚花多达七千余朵，场面堪称繁丽丰硕，令人震撼。

除了芍药花天生丽质、气味迷人以外，宋代人赏花时，如此青睐芍药还与一个故事有关。据载，韩琦任扬州知州时，官署后园有一株芍药，其中有一枝芍药分了四个枝杈，每杈各开一朵花，上下红，中间有一圈黄蕊，这样的芍药被称为“金缠腰”(后又称金带围)。当时民间流行一个传说：只要出现这种花，城内就要出宰相。

韩琦觉得这个说法很诡异，带着试试看的心里，他约上了另外三位朝官一起赏花，以应四花之瑞。当时王珪以大理评事为扬州通判，王安石以大理评事任淮南判官，这两人都在扬州，韩琦就把他们请过来了。花有四朵，三缺一，韩琦就以州铃辖诸司使充数。谁知到了第二天，铃辖使忽然腹泻不能来，韩琦就临时拉了一位路过扬州的朝官陈升之(一说是吕公著)来参加花会。

当这四个人凑齐后，韩琦把这四朵花摘了下来，他说道：“近日芍药赏会，就我们四个美男子，来，我们每个人都簪花一朵！”三十年过去后，这四个簪花的男子都当上了宰相。当年拉肚子没来的那位，大概肠子都要悔青了。