



编前:“宁可食无肉,不可居无竹。”大文豪苏东坡先是用一碗东坡肉馋坏了世人,再用一句“日啖荔枝三百颗”让人念念不忘岭南的荔枝,而备受其青睐的“绿竹”,则以一种别样的清新受到饕餮者的热爱。

不食春笋,焉知春意。时下正是吃春笋的季节,对古代吃货们来说,他们不但吃了,还把它们记录留在了各种史料中。

“夺笋”是近年新兴的网络热词,谐音“多损”,“损”字在转化为“笋”字以后,也为网友带来了许多造梗素材。而要想品尝到鲜笋的味道,确实得和时间赛跑“夺笋”吃。今天的《史话》就来看看古人“夺笋”、吃笋的那些故事。

“竹萌”是对“竹宝宝”的爱称

东汉文字学家许慎编著的《说文解字》中写道:“笋,竹胎也。”竹笋即竹子从土里长出来的嫩芽。

据相关专家考证,早在三千多年前,中国人就开始食用竹笋了。“笋,竹萌也,可以为菜肴。”最早的古汉语词典、成书于战国秦汉时期的《尔雅》对笋的定义,道出了竹笋与中国美食的历史渊源。其时,人们称竹笋为“竹萌”,这既是直观上的称呼,也依稀透露出人们对“竹宝宝”的珍爱之情。

我国第一部诗歌总集《诗经》有诗句:“其藪维何? 维笋及蒲。”其中就描写了一个盛大的宴席场面,说的是韩侯觐见周王后离京,饯行宴席上的蔬菜有竹笋和蒲菜。

周王本人的笋肴还有一种更奢侈的吃法,据《周礼》记载:“加豆之实,笋菹(zū)鱼醢(hǎi)。”“豆”是指古代宴会盛肉的器物,“菹”有腌制的意思,而“醢”的意思是酱料,所以,周王的宴席上,“豆”这种器物里盛放的是腌竹笋和鱼肉酱。事实上,由于笋的草酸含量比较高,单纯吃的话容易引起肠胃不适,但在经过腌制再配上鱼酱后,会使味道更加浓郁。

而据马王堆汉墓出土的简牍记载,秦汉时曾有名菜“鹿肉鲍鱼笋白羹”,将鹿肉、咸鱼(鲍鱼)和笋炖在一起,做成汤羹,想想就流口水呢。

三国两晋南北朝时期,民间食用竹笋越来越普遍。“二十四孝”故事之一“哭竹生笋”,讲的就是三国时期吴国孝子孟宗,为满足其病母“冬月思笋煮羹食”的愿望,“抱竹而哭,孝感天地”,最后“须臾冬笋出,天意报平安”。

为了常吃鲜笋,有人发明了“生藏法”

古人里爱竹笋爱得最热切的,当数文人雅士。竹子代表高风亮节,那么吃竹笋也是一件清新脱俗的雅事。

唐朝诗人白居易爱吃春笋,至于怎么吃,他颇有心得:将笋放到锅中与米饭一起蒸熟,让春笋的清香与米饭融为一体。吃过笋后,白居易还劝朋友:“且食勿踟蹰,南风吹作竹。”这么好的人间美味,吃的时候不要犹豫,晚了可就吃不上了啊。

《新唐书》里还记载,唐朝时有个叫“司竹监”的官署,专门负责皇宫之内的竹、苇种植养护以及供给帘筐之类的竹制物品。不过,他们还有一个职责,那就是在每年的产笋时节为皇宫后厨提供鲜笋,以供皇室贵族享用。

为了能够时常吃上鲜笋,古人也是想尽办法。宋代僧人赞宁专门编著了一部《笋谱》,里面记载了一种“生藏法”:用大陶缸将新笋扣住,并以湿泥封住缸沿缝隙,通过隔绝日光与暖风,可以延缓笋头的生长期。等到鲜笋生长时节过了,人们依然可以享受到美味的鲜笋。

苏轼“死里逃生”后,还在念叨笋的美味

宋代是中国饮食文化的一个高峰期,这在其留下的诸多诗词作品中也有所体现,备受推崇的笋也不时出现在文人的作品中。

北宋熙宁六年(1073)春,时任杭州通判的苏轼在与僧人慧觉游绿筠轩时,写下一首《於潜僧绿筠轩》,从而诞生了那句脍炙人口的诗句:“宁可食无肉,不可居无竹。无肉令人瘦,无竹令人俗。”

后来,因为“乌台诗案”,苏轼险些丧命,被贬到黄州后,他在《初到黄州》中留下了对竹笋美味的念叨:“长江绕郭知鱼美,好竹连山觉笋香。好吃者,定知鱼和笋,味鲜而美,何况东坡乎?”

北宋著名文学家黄庭坚也是一名高级吃货。他在《从斌老乞苦笋》中写道:“南园苦笋味胜肉,箨龙称冤莫采录。”在他看来,苦笋比肉都要好吃,想来已是食笋成癖了。



唐昊制图

夺笋啦! 古人吃笋花样多



清朝恽寿平所绘《花果蔬菜册页》中的竹笋,栩栩如生 (天津博物馆藏)

“傍林鲜”要有多鲜,就有多“仙”

要说哪位文人对吃笋的雅兴最浓,宋代文人林洪必然榜上有名。他在《山家清供》里提到的“傍林鲜”吃法,将竹笋的鲜嫩发挥到极致:“夏初林笋盛时,扫叶就竹边煨熟,其味甚鲜,名曰傍林鲜。”守在竹林边,扫竹叶为燃料,刚出土的嫩笋,一分钟水分流失的机会都没有,直接拿来烹饪,现做现吃。竹林微风徐徐,扫叶声音沙沙,蒲扇吹着小火炉,炉上的笋儿,那个香呀……吃的是三分惬意,氛围则十分的仙。

《山家清供》中还记载,鲜嫩的竹笋,裹上加了调料的面糊,油炸至金黄色,甘脆可口,这叫“博金”;有人把笋切成薄片,和白米一道煮粥,味道也非常好,这叫“煮玉”。



乾隆六下江南,为吃笋而来

而清代知名“吃货”袁枚吃笋的讲究也不少。袁枚大概不太喜欢吃白煮笋,他觉得笋既可以搭配荤菜,也可以搭配素菜,而且还提出了注意事项:“切葱之刀,不可以切笋。”不然,笋的鲜味就被破坏了。袁枚还提到过一种“人参笋”,将细笋制作如人参形,再加上蜜水,这种吃法在当时的扬州颇为流行,价格不菲。

历史上还有一名食笋大吃货,那就是乾隆皇帝,他再次刷新了吃笋天际线。

据故宫博物院研究员苑洪琪介绍,乾隆帝六下江南,每次都是耗时约一个半月,而他往往都是在正月十五前后启程,就是奔着南方的笋去的。其时,冬笋、春笋纷纷登场,驻跸杭州西湖行宫,乾隆更是在八天时间里吃过春笋爆炒鸡、腌菜炒笋、青笋酱汁肉、青笋葱椒丸子等。

兴·动态

突破9万亿! 兴业银行年报披露

海都讯 3月30日晚间,兴业银行发布的2022年年报显示,面对外部环境复杂深刻变化,该行坚持稳中求进,保持战略定力,深化改革创新,持续巩固基本盘、布局新赛道,在不确定性中把握确定性,在服务稳经济大盘的同时实现自身稳发展,综合实力迈上新台阶——总资产突破9万亿元,较上年末增长7.71%至9.27万亿元;营业收入突破2200亿元至2223.74亿元;净利润突破900亿元,同比增长10.52%至913.77亿元;不良贷款率1.09%,较上年末下降0.01个百分点……

兴业银行荣获“金理财”六项大奖

海都讯 近日,第十三届上证财富管理峰会暨“金理财”评选颁奖典礼在上海举行,兴业银行一举获得“金理财”年度银行财富管理品牌奖、金融科技建设奖、最具创新力奖;兴业银行理财子公司兴银理财荣获“金理财”年度资产管理奖、现金管理类 products 奖、固收类 products 奖。

兴业银行携手债券通公司举办2023年首场研讨会

海都讯 近日,兴业银行与债券通有限公司在香港联合举办“2023年中国经济展望及债券市场对外开放”主题研讨会。会上,债券通公司总经理王彤详细介绍了“债券通”的最新发展动向,兴业银行与会嘉宾向投资者分享了2023年中国经济发展前景、债券市场对外开放趋势和境内债券及金融衍生品投资机会。

小贴士

吃笋尝鲜 得与时间赛跑

要想品尝到鲜笋的味道,就得和时间赛跑“夺笋”吃。因为春笋在贮藏期间很容易出现纤维木质化、发霉及腐烂问题。

春笋是可食用的竹子芽植物器官中,生理活动最旺盛的部位,刚被采收的时候还保持着生命活动,但因为生理环境的变化,会导致呼吸作用增强,加速木质化。如果储存温度不当,会进一步让春笋老化。

只有在采收后马上进行低温贮藏,才能降低呼吸作用,延缓老化进程。研究表明,春笋的适宜贮藏温度为1℃。所以,买回来的春笋最好马上就吃,否则就要及时放进冰箱冷藏保存,尽快吃掉。

吃笋也有禁忌

春笋虽然好吃,但怎么吃也是有“禁忌”的。

新鲜的春笋中含有氰化物、氰苷、单宁、草酸、麻黄碱等物质,直接生吃不仅口感苦涩辛辣,还会影响矿物质的吸收利用,也会增加患肾结石的风险。而这些成分都可溶于水,也不耐热。所以在吃之前,一定要将春笋焯水,沸水中焯水7~10分钟可以大大降低它们的含量,就能放心食用了。

春笋的不溶性膳食纤维比较高,对于本来就有胃部疾病或消化不良的人来说,可能会增加胃部不适的风险。

此外,有一部分人可能会对笋过敏,食用后会出现皮肤、呼吸道不适的症状。如果是第一次吃笋可以少量尝试,即便不过敏也别一次吃太多笋。

(综合金陵晚报、北京青年报、北京日报、科普中国)