



清·青玉白菜花插故宫博物院藏

现代快报 洛阳晚报 北京青年报 国家人文历史

当考古学家成了美食博主,最近南京大学历史系张良仁教授的视频火了。路边小饭馆的一顿美味都能被他咀嚼出上下几千年历史,打开了网友眼界,也让大家对食物有了更深的求知欲。很多网友说:“原来简单的食物背后还有这么多有趣的故事。”

眼下正是冬季,白菜成了人们餐桌上最常见的蔬菜之一。俗话说“百菜不如白菜”,最为质朴的大白菜,在古人的眼里,可是有你想象不到的“高贵”呢!今天的《史话》就和大家聊聊白菜的“前世今生”。



知多一点

冬天里吃韭菜 富人的凡尔赛

面对冬天蔬菜不足的情况,古人首先想到的是“腌菜”。腌菜在先秦被称为“菹(zū)”,东汉刘熙《释名·释饮食》称:“菹,阻也,生酿之,遂使阻于寒温之间,不得烂也。”这种食物保鲜方法有些类似于现在的酸菜与泡菜。

在周朝时,就有专门制作腌制品的人——醢(hǎi)人。可以说在他们的手中,几乎任何蔬菜都可以腌制。从《周礼》所记来看,其中以韭、菁、茱、葵、芹、落、笋等7种蔬菜为主,称为“七菹”。

那时的腌菜一般是一整棵来腌,对于讲究些的人,如果觉得整棵蔬菜腌制太过粗糙,也可以将蔬菜切碎之后腌制。这其实也就是古人所说的“齏(jī)”。

《世说新语》里记载着这么一个故事:西晋石崇与王恺斗富,两人难分上下。最后,石崇使出终极大招——招待宾客在冬天吃“韭菹齏”(类似韭菜末)。王恺听说了分外眼红,但是他实在想不明白冬天怎么可能会有韭菜。于是他买通了石崇府里的下人,才得知所谓的韭菹齏,其实是“捣韭根杂以麦苗”而制成的。王恺于是也依法炮制。

温室大棚技术 古人早已掌握

腌菜味再美,终究是少了一味新鲜,于是聪明的古人很早就想出了种植“反季节蔬菜”的办法。《诏定古文尚书序》中曾言:“(秦始皇)乃密种瓜于骊山陵谷中温处。”《汉书》里记载:“太官园种冬生葱韭菜茹,覆以屋瓦。”所谓“太官园”是当时皇家蔬菜特供基地,可见那时皇室就已经掌握“温室大棚”技术了。只不过,反季节蔬菜只有皇室成员才有资格享受。

而在所有的储藏方式中,最普遍的就是地窖储藏了,这种储藏方式易操作,容量大,适合存储粮食蔬菜,是我国古代最传统的储藏方式。据考古发现,早在公元前5000年,窖藏技术在我国就已出现,不过当时只是用于贮藏粮食。窖藏蔬菜开始不迟于春秋战国时期。

冬瓜里面放茄子 苏轼的保鲜小妙招

在食物储存方面,美食家苏轼研究颇深。他在《格物粗谈》这本书中谈到了“冬瓜内置茄子,至春不坏”,类似的还有“研芥菜子入豆腐不生虫”。混放法是利用两种食材相生的方法来保持食材的味道,比如将性热的橘子和性冷的绿豆混放,使两者发散的气体互相中和,达到长久保存的目的。

苏轼在书中还记载了一种用毛竹贮藏樱桃的办法,具体做法是在毛竹上面打洞,然后把樱桃放进去,将洞口封好,等到夏天拿出来再吃,这是利用密封的方法来储存食物。和密封法相似的一种手段就是涂蜡。水果打蜡可不是现代才有的技术,《事林广记》记载:“葡萄以蜡纸裹,顿罐中,再溶蜡封之,至冬不枯。”隋文帝特别爱吃黄柑,蜀地人摘了黄柑后,涂上蜡之后再进献到宫中,运用这种方法贮藏的柑橘有“日久犹鲜”的效果。

古代的食物保存,不但方法多样,还有一定的技术含量。据记载,宋人在储存茄子时,要选择未曾放过水和杂物的新瓮,和包裹茄子的茭叶一同放在太阳下暴晒,目的就是为了让杀菌除湿,避免滋生微生物,影响茄子的保鲜。古人用自己的大智慧,丰富了自己的餐桌,也为后人留下了一笔财富,很多贮藏方法直到今天仍被沿用。

为了冬天吃上可心菜 古人「黑科技」满满

比羊肉还好吃 你信吗?

当时的读书人爱吃白菜,还爱吹牛。某年冬天,洛阳大雪飘飘,诗人孟郊和卢仝拜访大文豪韩愈,主家做了一锅白菜炖冬笋招待客人,自夸“晚菘细切肥牛肚,新笋初尝嫩马蹄”,说这白菜赛过鲜牛肚,冬笋胜过马蹄。

宋代的苏东坡更夸张,把白菜比作羊羔、熊掌:“白菘类羔豚,罗土出熊蹯。”

白菜有没有羊肉好吃,见仁见智,但白菜和羊肉同煮,味道确实极好,还能“消宿食,下气治嗽”,这是唐代食疗家孟诜在《食疗本草》中的原话。他曾种过菘菜,实践出真知。

据说清朝皇帝乾隆(一说是道光)也曾对白菜赋诗赞咏:“采摘逢秋末,充盘本窖藏。根曾滋雨露,叶久任冰霜。举箸甘齿齿,加餐液润肠。谁与充此味,清趣惬周郎。”这里的周郎是说南朝人周顒,他在回答文惠太子“菜食何味最胜”这一问题时,给出的答案是:春初早韭,秋末晚菘。春天的第一刀韭菜,秋末的最后一棵大白菜,那味道是极佳的。后世有传言说,白菜为乾隆皇帝最为喜欢的一道小菜,倒也十分有可能。

超级粉丝 把白菜写进名字

如果说谁是白菜的超级粉丝,清代的文史大家赵翼必须入选,毕竟,他可是一个把白菜写进名字的人。

赵翼字云松,一作耘菘。菘,即白菜一类的蔬菜,寄寓有勿忘根本之意。赵翼也不愧于这个名字,名满天下时心中还记挂着白菜那些事儿。

赵翼80岁生日当天,亲朋好友齐聚一堂,儿孙辈更是紧锣密鼓,大摆宴席,张罗着他祝寿。当时正值白菜上市,这位老寿星无意观赏场上歌舞,反而在家督促僮仆速速囤白菜腌制过冬。还赋诗一首以解嘲:“乡风暖寿本无稽,儿辈寻欢欲借题。珠翠满堂箫鼓沸,先生正制菜根齏。”

其实,白菜也像人,就像那种朋友,刚认识的时候,不觉得有多惊艳,但能一直相处下去,时间一长,你会发现,最后留在身边的多是这样的“菘”,不惊人,善陪伴,有品格,耐霜雪。

古时 很 贵族 大白菜

白菜古时叫“菘” 还有许多小名

白菜受欢迎,首先是因为它好吃百搭。白菜自带清甜,即使不会做饭的厨房小白,抓上一把丢进泡面里煮煮,口感也不会差到哪里去。

而在大厨手里,白菜能做出的花样就更多了,拌、炒、蒸、煮、炖……想丰盛一些,白菜和各种肉类、海鲜,也能融合出无限好味道。

此外,白菜还很便宜。在物资不那么充足的年代,白菜的价格,让它在并不多的选择中又多了一重优势。时至今日,“白菜价”已经成了一个形容词,表示某件商品有了大折扣。

好吃又便宜的白菜,是地地道道的中国菜。

白菜的起源相当久远。史载,春秋战国时期,已有人栽培白菜。当然,那时候它不叫白菜,形状和味道跟现在的白菜也有差别。

1954年,在陕西的半坡遗址出土的陶罐内,考古学家们发现了已经炭化的植物种子,其中就有白菜菜籽。这说明早在距今6000年前后的新石器时期,中国人可能就已经有吃白菜、种白菜的习俗。

几千年来,白菜在各地有着各种各样的名字。文献记载,白菜最初称为“菘”,这是因为即使在寒冬,白菜具有如同松树般的耐寒特性。此外,白菜还有许多“小名”:春不老、看灯菜、冬旺菜……宋元往后,人们才唤它白菜,因为“其色清白”。



北魏皇帝招待使臣 赏赐了一船白菜

现在看起来普普通通的白菜,在古时可是很“贵族”,还被当成礼物送给贵客。

史载,北魏迁都洛阳后,为了丰富皇家餐桌,搞了一个皇家菜园,专门培育新鲜蔬菜,其中就有白菜的祖宗——菘。北魏《齐民要术》中提到:“菘菜似芜菁,无毛而大。”

话说菘菜培育成功后,南梁使臣来北魏京城参观访问。北魏皇帝在洛阳亲切地招待了贵客,还赏赐其一船菘菜,让他们带回南方好好品尝。

想来那时的白菜是稀罕物,身价非凡,绝对不是谁想吃就能吃得上的,不然送人家一船大路菜,有损朝廷体面,准被南梁使臣骂死。

南梁皇太子萧统初次吃到菘菜,每个味蕾都在战栗。他专门写了两篇文章,称赞菘菜是天下奇珍。

广告效应好,菘菜在大江南北一炮打响,逐渐走俏。等到唐代,昔日皇室的专供菘菜,已经遍布民间。



齐白石绘《白菜蜻蜓》