



正值荔枝好时节,最近改编自马伯庸同名小说的新剧《长安的荔枝》开播,上演了一段惊心动魄的大唐“荔枝快递”故事。

说起荔枝,杜牧那句“一骑红尘妃子笑,无人知是荔枝来”为人们熟知。翻阅历史,这“荔枝脑袋”可不止贵妃,早在汉代就有了荔枝进贡一说。

而在福建,不仅荔枝种植历史悠久,品种也十分繁多,仔细数来,不下百种,今天的《史话》就来聊聊荔枝那些事。

倔强汉武帝种荔枝 年年种年年扑街

杜牧一句“一骑红尘妃子笑,无人知是荔枝来”,让人们将唐明皇为哄杨贵妃一笑而搞“荔枝快递”留下了刻板印象。其实,这“锅”汉武帝刘彻早几百年就背过了。

《江苏文库·精华编》中记录,汉武帝那会儿,打下南越上头了,非得在长安盖个“扶荔宫”种热带水果。于是从交趾(今越南北部)挖了100棵荔枝树苗运回长安,结果一棵没活。

但咱汉武帝就是倔强青铜不信邪,年年移植,年年扑街。荔枝树种不活这可咋整?那就让南方年年上供鲜荔枝呗。

荔枝“一日色变,两日香变,三日味变”。于是,一场古代版“荔枝快递”行动开始了:驿站接力跑断腿,快递小哥(驿卒)累死在路上是常事。

沿途百姓被摊派搞运输,苦不堪言。这劳民伤财的事,一直折腾到东汉汉和帝时期。终于有个良心地方官(临武县长唐羌)看不下去了,冒着掉脑袋的风险上书直言,皇上啊,这荔枝运到官里,吃了能长生不老吗?不能!但它害死的人可海了去了。汉和帝还算清醒,立马下诏:停!这荔枝不吃也罢。

荔枝“快递专线”始建于唐代

而到了唐代,就是人们最熟悉的故事,为满足杨贵妃喜食荔枝的需求,唐玄宗重启岭南进贡。

在电视剧《长安的荔枝》中,男主李善德在同僚的欺瞒之下,阴差阳错地成了“荔枝使”,这个“死亡”任务便是从岭南运送新鲜荔枝到长安,以贺贵妃生辰。虽然剧中没有明说这位爱吃荔枝的贵妃是谁,但大家都会联想到杨贵妃。而岭南距长安五千余里,山水迢迢,这几乎是是不可能完成的任务。

南宋王象之编纂的地理总志《舆地纪胜》引用旧志道:“杨妃嗜生荔枝,诏驿自涪陵,由达州,取西乡,入子午谷,至长安才三日,色香俱未变。”这正是荔枝古道的线路。

荔枝古道是指起始于古代涪陵,连接四川、陕西、湖北的古代陆上商业贸易路线,是古蜀道的一个重要组成部分,始建于唐天宝年间。

可以想象的是,兴盛时期,无数的“荔枝使”踏着“荔枝道”运送着鲜美的荔枝,《大唐六典》记载,唐代驿道每隔20里设置1个驿站,最盛时全国各地驿道总共有1639个驿站,驿道工作人员2万余人。

负责运鲜荔枝的驿使把采摘下的荔枝带叶密封于竹筒中,土法保鲜,防止挤压。他们装笼上马后一路狂飙,二十里一换人,六十里一换马,日夜兼程地将荔枝送往长安。

福建荔枝自古就是“隐藏王者”

福建荔枝自古就是中国荔枝“隐藏王者”。福建早在2000年前就开始人工种植荔枝,在宋代时风头更是盖过广东,成为全国最有名的荔枝产区。

北宋四大书法家之一的蔡襄,是福建莆田仙游人,官至端明殿学士。他任泉州知州时,曾写过一本《荔枝谱》,是我国现存最早的一部荔枝农学专著。书中霸气地写道,“广南州郡与夔、梓之间所出”之精好的荔枝仅仅比得上“东闽之下等”,给福建荔枝的美味定下了千年基调。

快把福建荔枝

送到长安去

宋代闽荔外销太抢手 本地人都很少能吃到

根据《荔枝谱》记载,在宋代,荔枝已成为福建地区最重要的农副产品之一,福州、莆田、泉州、漳州4个地区都普遍种植荔枝。因为畅销和抢手,商贩们在闽地荔枝刚开花时就与种植户签订合同,买断整片荔枝林所产,等成熟时再采摘或加工后转运至外地。虽然福建一年所产的荔枝“不知几千万亿”,但因为被提前订购和买断,导致福建本地也很少有人能吃到荔枝。

闽地荔枝除了在国内畅销,还走出了国门,《荔枝谱》写道:“水浮陆转,以入京师,外至北戎、西夏,其东南,舟行新罗、日本、琉球、大食之属,莫不爱好,重利以酬之。”可见闽地荔枝在宋代已成为深受周边各国人民喜爱的水果。

自唐初至清道光年间的一千两百多年中,福州荔枝始终是福建进贡朝廷的贡品。

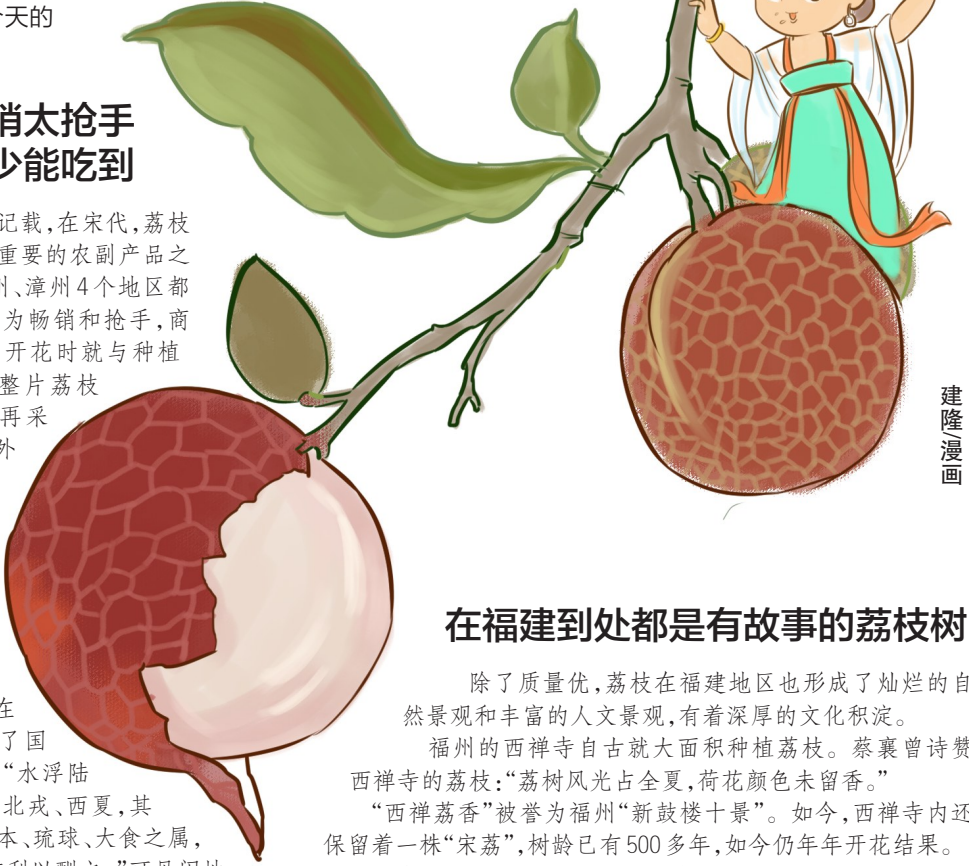
清代的《西清笔记》介绍了福建地方官员进贡荔枝的办法,直接用桶栽的荔枝树通过水路运送至北京,中途以携带的福建本地之水来浇灌荔枝树,全程有花匠养护。水路遥远,福建荔枝到了紫禁城,已是夏末秋前。如此颠簸数十日,待到荔枝树运抵京城时,荔果刚好成熟,但每株不过剩下六七颗了。

福建荔枝“宇宙”那些名品

若问福州人什么荔枝最好吃,福州人会说,那当然是“本洋”(方言,指“本地产”)的元红荔枝,元红荔枝形似心脏,核小肉多,肉质细腻,甜中带一丝酸,是福州人千年流转的美味。

而到了无处不荔枝的“荔城”莆田,当地人则会表示陈紫荔枝才是福建荔枝王者。陈紫是莆田特有的荔枝品种。蔡襄在《荔枝谱》中写了32种荔枝,排在第一位的就是“陈紫”。陈紫能好到什么地步呢?这种荔枝熟得晚,果实上宽下圆,香味清爽,很远都闻得见,色泽鲜紫,外壳很薄,而且光滑,果肉又大又厚,晶莹剔透,外膜像桃花一样粉嫩,果核像丁香籽一样小,剥开像水晶一样透亮,放到嘴里像雪一样入口即化。

除了福州和莆田,还有泉州永春岫山荔枝、漳浦乌石荔枝、宁德三都澳晚熟荔枝、霞浦晚熟荔枝等,共同组成了福建的荔枝“宇宙”。



建隆漫画

在福建到处都是有故事的荔枝树

除了质量优,荔枝在福建地区也形成了灿烂的自然景观和丰富的人文景观,有着深厚的文化积淀。

福州的西禅寺自古就大面积种植荔枝。蔡襄曾诗赞西禅寺的荔枝:“荔树风光占全夏,荷花颜色未留香。”

“西禅荔香”被誉为福州“新鼓楼十景”。如今,西禅寺内还保留着一株“宋荔”,树龄已有500多年,如今仍年年开花结果。

而在莆田市荔城区镇海街道英龙社区,有一棵超级特别的荔枝树,这棵树栽种于唐天宝年间,距今已约1200多年,世人称其为“宋家香”,为全国最年长的荔枝古树。

□小贴士

贵妃同款快乐果 吃多了真会得“荔枝病”

《长安的荔枝》登陆央视后,迅速成为观众热议的焦点,更意外掀起一场“沉浸式品荔”热潮。不少网友在社交平台晒出追剧日常:“啃着荔枝王追《长安的荔枝》,这才是贵妃同款快乐果。”

荔枝果肉晶莹、口感清甜,但可别贪嘴“咔嚓炫”,过量食用可能会得“荔枝病”,导致低血糖。

“荔枝病”也叫“低血糖急性脑炎综合征”,东南大学附属中大医院内分泌科主任医师、临床营养科主任金晖表示,通常说的“荔枝病”特指吃荔枝引起的低血糖症状。荔枝那么甜,为什么还会吃出低血糖?金晖主任解释,荔枝中含有丰富的果糖,果糖主要在肝脏中转化。“如果在空腹状态下一次性食用过多荔枝,肝脏可能无法及时有效地将果糖转化为葡萄糖,从而引发低血糖。”此外,有研究提示,荔枝中的某些成分可能抑制肝脏的糖异生作用(即身体自己制造葡萄糖的能力),这也会加剧低血糖症状。

要避免“荔枝病”,专家认为关键在于两点:避免空腹食用和避免过量食用。金晖主任指出,吃荔枝前可先吃些食物垫垫底;成人每天摄入量建议控制在200~300克(约10~15颗),儿童控制在5~6颗以内。“吃300克荔枝未必一定低血糖,存在个体差异。”她提醒,糖尿病患者尽量不要吃荔枝,咽部炎症、口腔溃疡、便秘及过敏人群应适当控制食用量。

专家提醒,若不小心得了“荔枝病”,出现头晕、乏力等症状,可快速补充葡萄糖,适当休息后通常能缓解;若出现抽搐、虚脱甚至休克,口服糖水或食物可能导致误吸,需立即就医,由医生通过静脉补充葡萄糖或使用其他升糖药物处理。

(综合现代快报、福建日报、东南网、扬子晚报)

