



酸甜的橘子加爽口的青菜,两样八竿子打不着的食物却成为了一道新菜——青菜炒橘子。北京某高校食堂一推出这道“奇葩菜”,迅速在网上走红。不少网友就开始调侃:“中国第九大菜系又出新作!”不过也有学生力挺:“多好,蔬菜水果维生素全吃了,明天就去尝!”

无独有偶,近段时间不断有人在网上晒各自发现的食堂新菜肴,如:苹果烩丸子、南瓜炒猪肝、月饼炒辣椒……

算了,对于作为略有“食物洁癖”的我而言,这些“网红”菜肴只能被归类于“瞎混搭的黑暗料理”。然而,我并不排斥“混搭”,在我的理解中,北方就有混搭菜的经典之作——猪肉白菜炖粉条。也有人说,他们家的春节大餐过后,家里就会有各种蔬菜剩余,所以掌厨的母亲就会把三个土豆、一个茄子、一个西红柿等菜拿出来做个大锅菜,当然再放些肉片、白菜或粉条,或者肉丸子。热腾腾的一锅一上桌,全家人都吃得很开心,因为平时菜的品种很少,就鲜做这样的菜。

在我外婆这个资深“混搭”食客的影响下,我开始慢慢喜欢将各种相配的食材混搭,做成一盘菜。

外婆常说,每天就跟外公两人吃饭,特别是年纪大了以后,每一顿饭要烧三四个菜实在太累,干脆就把这些蔬菜、肉混在一起炒成一盘,再



外婆的“混搭”菜

□禾 兮

做一个海鲜,如此的一顿饭既营养全面,又不费力。

也确实,有专家建议成年人每天应吃400克至800克的蔬菜和水果,而且品种要达到5种以上,并经常更换,常年坚持。目前我国家庭趋向小型化,很多都是三口之家或两口之家,由于人口少和工作、学习忙,生活节奏快,为省时省力,造成日常菜肴过于单调,尤其是蔬菜种类和数量更少,很难达到基本标准要求,对健康十分不利。因此,这种“混搭”美食也不失为获取更多营养的来源。



外婆常把各种口感相近的食材进行合理搭配,比如将胡萝卜、豆、鲜香菇、豆腐干混合后进行清炒。有时也会将“同种”蔬菜进行混搭,比如胡萝卜、莴笋、西葫芦、土豆等。烹炒时可各取一个,洗后切丁,加黄豆芽,配上葱、姜等,用色拉油及调味品炒成。这样的混合菜色彩鲜艳,富含多种营养素及防癌活性物质,鲜嫩清淡,味美可口。

近段时间,早瓜和豌豆这两样食材新鲜上市,外婆将豌豆放置高压锅内煮上10多分钟,以至半糊状,早瓜、肉丝炒熟后再倒入半糊状豌豆,加入适量的水,煮沸即可。这样的一碗汤,“消化”了鲜嫩爽口豌豆,反而融入了豆子本身所散发出的清香,远比寡淡的早瓜汤来得更鲜美。

夏天时,特别怕热的外婆更不愿意进厨房了,就选择少炒一个菜,多吃一盘冷菜,将黄瓜、紫甘蓝、香菜、花生、虾皮等几样原材,配上麻油、醋、少许的盐、糖等调料,又是一份操作简单、口感清爽的菜。

对于早餐,外婆也乐于“混搭”之道,除了大伙平常喝的红枣、桂圆、莲子等粥外,她更愿意将平日里儿女们送来吃不完的水果切成块放进粥里,苹果梨子粥、番茄粥、香蕉粥、木瓜粥等更是她餐桌上的“常客”。她说,这样对于老年人而言,不仅能更好地吸收水果的维生素和补充体内所需水分,熬煮的过程也更好地避免了生冷水果对肠胃的刺激,一举两得。不过,对于有些口味特别的水果粥,我还是持一定的保留态度。



外婆的“混搭”之法,没有星级酒店讲究的就地取材与精准把控,有的只有“就地”和“就时”取材,“就地”是指每天到社区边上的菜场里转转,看那里卖什么就买什么,“就时”就是看当地当季盛产什么就买什么,价格划算且新鲜。



天青色等烟雨

□慢 慢

愉快决定后,小伙伴着手重新设定导航路线,我则开始百度景德镇有哪些地方值得玩。这种随意任性的感觉,竟然让我有股莫名的雀跃。之所以对从未去过的景德镇感兴趣,全因周杰伦《青花瓷》里的一句歌词,“天青色等烟雨,而我在等你”。我也想知道,在那样一座被青花瓷装点得很有味道的城市里,我能等到怎样的诗意浪漫?

作为我国知名的“瓷都”,我国瓷器最杰出的代表,制瓷产业在景德镇具有举足轻重的地位。这座因瓷而兴的城市别有一番韵味,因为这里有其他地方体会不到的精致艺术范,各式各样的青花瓷元素随处可见。到了这里,你会看到大街小巷到处都是瓷器,公交车的车身是青花瓷花纹,休息用的坐墩是青花瓷做的,就连垃圾桶也是瓷器品……件件作品精心打磨、细心镌刻,让人无限欣赏,也无比珍视。

景德镇有好几个跟瓷器相关的特色景区,其中最有味道的当属位于景德镇市昌江区瓷都大道的景德镇古窑民俗博览区。据悉,这是我国唯一一个以陶瓷文化为主题的5A级景区,在这里,你能见证景德镇上千年的陶艺发展历程,你能亲眼看到老艺术家们独树一帜的手工制瓷工艺。

观看工艺师傅制瓷的过程,你会很直观地地理解拉坯、印坯、利坯、上釉、挖底等术语到底是什么意思。这一道道看似简单的工序,老师傅们一

我在等你



坚持就是几十年,直至制瓷工艺达到出神入化的境界。每一次和泥拉坯或者下笔上色,都是快速地一气呵成,让人不禁叹为观止。

景德镇青花瓷除了瓷器本身的质地优良外,上面刻画的图案也极其考验艺术家的创作水平。工匠师傅身旁整齐摆放着好几排已画好的瓷器雏形,我忍不住近距离观赏。据说,除了人物、山水、花鸟、鱼藻、走兽这五大类型的常规绘画图案外,还有很多客户专门定制的图案。“有时候,客人会把想要刻在瓷器上的图案发给我们,我们会根据要求画上去。当然,也可以自己简单写些有纪念意义的语句。”一位师傅指着一只写了“我爱你”的瓷坯说道,“这是客人写上去的,我们这两天要赶紧烧制出来,赶在他们结婚前寄过去。”

除了精湛的制瓷工艺,这里的瓷乐演奏也别有特色。当天,我有幸听了一场在水上舞台演奏的瓷乐,极其清新悦耳。与其他乐队不同的是,这支瓷乐队所用的乐器全部都是用景德镇的瓷器做的,有瓷函、瓷箫、瓷笛等。听景区的工作人



员介绍,2000年,原外交部部长钱其琛听完瓷乐后大为欣赏,欣然题词“奇瓷神韵”。

此外,景区内还有一些名字很美的瓷文化创意休闲景观,例如前瓷今生、木瓷前缘、昌南问瓷、耕且陶焉……一听名字,就让人有一股前往探寻的冲动,想知道这千年陶瓷文化的脉络是如何延绵的。

一番匠心,一抹清韵,一个我足以留恋的理由。

人生总有点意外,不过,有时意外也不是件坏事,换个心态看待,它或许就是一个惊喜。旅途中,这样的惊喜比比皆是。

作为一场说走就走的即兴旅行,途中游玩地的安排难免有点随性。从丽水出来,我们本来打算下一站去江西上饶,可在前往途中,小伙伴在高速路上不小心开错道了,当意识到的时候已经有点晚了。这时,我抬头看了一眼前面的指示牌,发现前方可以去往3个不同的地方,而我唯一熟悉的地方就是景德镇。于是,我和小伙伴临时决定赶往景德镇,吃住及门票之类的统统到了再说。

