



歲月靜好
紅米

《岁月静好》

作者:陈进(53岁)
江岸区后湖街道美庐社区



△《蒙蒙细雨》水彩画

作者:胡家洪(78岁)
硚口区宝丰街道同济社区

△《学艺》

作者:王抒鸥(37岁)
江岸区花桥街道蔡家田社区



吃火锅

火锅,以前天凉后才开吃,如今是一年四季地吃。

吃火锅,属市井的,鱼肉蔬菜,轮番推下锅,水深火热中,你献油脂我出鲜,最后吃到嘴,都不再是食物单一滋味,很有团队精神。不是很熟络的人,约着吃火锅,定成败笔。和朋友家人吃火锅最好,看一个个吃得热火朝天,自己心中也充满欢喜。大家心无防范,随口八卦,很温馨美好的感觉,其乐融融哦。

要说火锅的好,一是便捷,二是热乎。天凉后,懒得做菜,冰箱里多储些菜料就成。无需开动脑筋,往暖锅里加上水后,插上电源,一会儿工夫,锅就滚开了。然后,加入姜、辣椒及调味料就好了,往里面涮自己喜欢吃的肉丸、鱼丸、蔬菜。吃到最后,稠浓鲜美的汤里切几片年糕或放束粉丝,吃得打饱嗝为止。

入了冬,从养生角度看,首推菊花火锅,鸡汤或大骨汤的底,加鸡、鱼、肉等,生片切得薄薄,与菊花一起涮着吃。鲜美清香,爽口且不上火,日常饮食,我主张清淡,也不嗜辣,但吃火锅,觉得少辣味助阵,好像一部戏,从头

看到尾,没品出高潮,回味无穷。好不好吃,肠胃是其次,味蕾才是裁判。再寡淡的食物,经辣味包裹,也能瞬间劈开迟钝的味觉。嘴巴辣得咝咝抽冷气,灌口冰啤淬火后,还是会大无畏地夹第二筷。几筷子吃下来,捋袖抹汗,人会变得血脉通畅意气飞扬。

最壮烈的一次吃火锅是多年前,参加一个文学会,因一位文友,将随父母远行。七八个青年男女,在街上一家简陋的火锅店给她饯行。我朝老板手一挥,每样来一份。服务生转眼就端上牛肉、贡丸、火腿肠、鸡血、豆腐、粉丝、青菜、土豆片、年糕,生怕稍迟就要反悔。

因年龄相仿性情相投,一个个全没正经坐相。一双眼晴对沸腾的火锅虎视眈眈。吃食太嫩、太老都不在乎,因都有一套年轻的牙口和肠胃。后来一男子喝高了,拿啤酒瓶当麦克风,直起喉咙激情朗诵:我爱,在人生的苦海里,与你一起吃饭是我最快乐的事……若干年后,我才知这是毕加索对情人说的。

作者:付源(70岁)

武昌区首义路街道大东门社区