



美味灰灰菜

古镇木鱼,市井初醒。鲜蔬拾掇,带着山野晨露;烟火升腾,一碗热面启清晨;忙碌小店,声声问询;案板起落,是山间鲜活日常;刀锋游走,切出人间滋味;卤味飘香,满柜风物琳琅;街边老妪,守着朴素时光。

刚下车,我就瞟见路边的集市上有野菜卖。很快,几个游客就把老妪堆在地上的菜摊围成了圈。我眼疾手快,把最后一把野芝麻叶菜抢在手上,还买了一把灰灰菜。

神农架山里野菜多,凡是载书谱典籍的野菜野花,大多能在这里找得见。

走在彩虹谷的房前屋后、田埂地头,总能撞见各式各样蓬勃生长的野菜:带着绒毛的反枝苋、匍匐红茎的马齿苋、挂着小灯笼的酸浆……这些被乡民视作杂草的植物,却是刻在一代代记忆里的美味。采摘野菜、烹制野菜,不只是尝一口清鲜,更是触摸自然最朴素的烟火气。

彩虹谷龙降坪地处山间,昼夜温差大、光照充足、土壤条件独特,更利于红心灰灰菜显色,造就了这一抹独有的紫红色。同一种野菜“灰灰菜”,一绿一红,是大地写下的趣味答案。

我拈起一棵灰灰菜,闻到一股青菜和青草混和的气味。灰灰菜叶摸在手上,有种沙沙的滑腻感,像是上面有层细细的灰粒。我想,这也许是灰灰菜名字的由来吧。

灰灰菜的学名叫藜,也称灰菜和灰蓼头草,叶子不大,但枝条很多、有细棱,略呈微红,与其青绿的

叶子相配,真是雅致。更让人觉得有趣的是,它的叶面上会有一种晶状粉末,肉眼看不大清,但用手指去触,却是柔柔有感。

灰灰菜性味甘平,具有清热、利湿、降压、止痛、杀虫、止泻等功效,但茎干和叶发紫的灰灰菜也不可多食。采灰灰菜时要掐尖儿,掐掉后还会很快长出来。焯完水的灰灰菜很绿,它变了颜色,柔顺而哀婉,但又清丽。

灰灰菜惯常的做法是,用蒜水凉拌。在农家乐餐馆里,它似乎成了乡野的一种表征,被油水土塞的肠胃、被名利腌泡的精神,这时候就需要它。有讲究的还会给它拌上杏仁,清爽的绿色与青白的杏仁拌在一起,真是可人。柔软的叶子里,少不了灰灰菜的茎干,那种咀嚼感使人难忘。

它也可以用来清炒、做汤,或是拌上面粉蒸菜,软糯鲜香,是最地道的农家风味。用来包饺子、蒸包子,馅料鲜香不油腻,风味远超普通青菜。清爽解腻,一口下去满是山野清香。

过去寻常人家无米下锅时,漫山遍野的灰灰菜,就是最踏实的底气。它不挑土地、不恋水肥,默默生长。

如今生活条件越来越好,大鱼大肉成了日常,这份朴实的田间野菜反倒成了稀罕物。一口野菜,尝得到山野清风,看得见地域风物的差别,这便是行走乡野、最珍贵的收获。

作者:张颂华(68岁) 洪山区梨园街道华电社区



△
《天香第一花》
作者:肖栋柱(64岁)
江岸区后湖街道美庐社区

◁
《绿水青山》
作者:曹红(52岁)
江岸区后湖街道美庐社区

▷
《我的孙女可可》 汉绣
作者:石玉香(54岁)
汉阳区五里墩街道五春里社区

