

宋仁宗从小爱吃螃蟹

据司马光叙述,宋仁宗打小就爱吃螃蟹,一顿不吃就馋得发慌,一吃起来就刹不住车。由于他螃蟹吃得太多,太没有节制,最后吃出毛病来了:头晕眼花,四肢麻木,咳嗽吐痰,还经常便秘。

众所周知,螃蟹是好东西,但是性寒,不宜多吃,吃多了会得“风痰之症”。什么是风痰之症?就是宋仁宗那些症状。

那时候宋仁宗还小,还没有亲政,真正掌权的是他名义上的母亲刘太后。刘太后见小皇帝吃螃蟹吃坏了身体,当即发下懿旨:“虾蟹海物不得禁御!”(司马光《涑水纪闻》)不光螃蟹,连虾都不让送到宫里来!

宋仁宗想让太监宫女偷偷去外面饭店里买一两只螃蟹进来,大家都害怕刘太后严惩,不敢答应,这下可把宋仁宗给馋坏了。这时候,另一个皇太后看不下去了,她就是亲自抚养宋仁宗长大的杨太后,杨太后说:“太后何苦虐吾儿如此?”你不让他吃螃蟹,我让他吃!于是她“常藏而食之”,经常从秘密渠道弄些螃蟹给宋仁宗吃。

不可一日无蟹的宋朝官员

宋朝大文学家欧阳修也很爱吃螃蟹。退休之前,他给大儿子欧阳发写信说:安徽阜阳(时称“颍州”)的猪羊肉确实没有京城鲜嫩,但是阜阳西湖所产的螃蟹可比京城街市上出售的螃蟹强太多了,而且价钱还很便宜,所以我晚年一定要搬到阜阳去住(参见《欧阳修集》卷153)。

事实上,欧阳修晚年真的在阜阳西湖岸边买了地皮,盖了房子,喝酒吃蟹,悠游终日,过上了让宋朝另一个大文学家苏东坡都非常羡慕的神仙生活。

苏东坡也是热爱吃蟹的典型。东坡著有《老饕赋》,描述自己最爱吃的几种美食:“尝项上之一脔,嚼霜前之两螯。烂樱珠之煎蜜,渝杏酪之蒸羔。蛤半熟以含酒,蟹微生而带糟。盖聚物之天美,以养吾之老饕。”

“项上之一脔”指的是猪脖子后面那一小块最嫩的肉,“霜前之两螯”指的是秋后螃蟹成熟时那两只蟹螯,“樱珠之煎蜜”指的是蜜饯樱桃,“杏酪之蒸羔”指的是蒸羊羔,“蛤半熟以含酒”是醉蛤蜊,“蟹微生而带糟”自然是指醉蟹。这段赋里提到六道菜,其中两道都跟螃蟹有关。

但最爱吃螃蟹的宋朝官员既不是欧阳修,也不是苏东坡,而是一位名叫钱昆的杭州官员。钱昆是吴越国王钱鏗的子孙,在宋朝文学史上名气不大,却有一句话流传下来——他考中进士并通过吏部的铨选以后,皇帝问他想去哪个地方当市长,他说:“但得有螃蟹无通判处,则可矣(《咸淳临安志》卷89)。”

宋朝百姓也食蟹

事实上,很多宋朝百姓也热爱食蟹。

南宋洪迈《夷坚志》里提到了这样几个事例:

浙江湖州有个姓沙的医生,他的老母亲“嗜食蟹”,每年螃蟹上市,一天要买回家几十只,放到瓮里面让它们乱爬,看见哪个爬出来了,就先把它扔进锅里。如果把这个老太太一辈子吃的蟹都堆到一块儿,可以堆成一座蟹山。

江西洪州也有个老太太“好食蟹”,“率以糟治之”,说明她尤其爱吃糟蟹。

江苏昆山有个姓沈的画家,爱吃蟹,还擅长烹蟹,他光靠画画不能养家,就一边画画,一边煮蟹卖钱。

孟元老《东京梦华录》描写北宋都城开封的小吃,说在当时最大的酒楼潘楼下面,每天早上都有人摆摊卖蟹,螃蟹上市的季节卖鲜蟹,其他季节卖糟蟹。

周密《武林旧事》描写南宋都城杭州的饮食市场,说城里卖蟹的商贩太多,以至于组织了一个名叫“蟹行”的行业协会。

从常理推想,北宋开封和南宋杭州肯定都有一批热爱吃蟹的市民,要不然潘楼下不会一年四季卖蟹,临安城里更不会出现卖蟹商贩组成的行业协会。

咱们中国人以螃蟹为“天下之至味”,诸如“香辣蟹”“蟹酿橙”“清蒸河蟹”“蟹黄汤包”“蟹粉狮子头”……都是深受中国人热爱的美食。

今天我要说的是,这种饮食风尚早在宋朝就已经盛行了。

笑壁霜相映出紫蟹肥

宋朝人怎么吃螃蟹

李开周

那些不敢吃蟹的宋朝人

还有一些宋朝人没有口福,他们没有见过蟹,即使见了也不敢吃。

沈括在《梦溪笔谈》中写道:陕西的河流里不生长螃蟹,所以大多数陕西人一辈子没有见过螃蟹。有一个陕西富人,不知从哪个渠道弄到一只螃蟹,直到风干了也没敢吃它,只好挂到墙上当装饰品。邻居去他家串门,一眼瞧见墙上挂的螃蟹,吓得扭头就跑,以为那是妖怪。后来邻居们去的次数多了,不再害怕,却又以为那只螃蟹可以辟邪,每当谁家的小孩子受了惊吓,他们就把那只螃蟹取出来,恭恭敬敬挂到那家大门口,希望能借此把小鬼挡在门外,保护孩子不再受惊吓。

也有一些地方的宋朝人敢于吃蟹,但却不怎么会吃。

现在我们吃蟹,最科学的烹调方式就是清蒸,可是在宋朝,多数北方食客并不懂得清蒸,他们热衷于采用以下几种烹调方式:

一是油炸。《东京梦华录》里提到东京汴梁街头出售一种“炸蟹”(参见《东京梦华录》卷2《饮食果子》),做法如下:大蟹洗净,去沙,剥去爪尖,剔去内脏,剁成四段,撒上面粉,搁油锅里炸黄,然后捞出来控油,蘸着面酱,连壳带肉,咯吱咯吱大嚼。

二是水煮。《事林广记》别集《饮馔类》提到北宋时中原饭店常做一道“螃蟹羹”,也是先把螃蟹治净,再剁成四段,扔开水锅里煮到蟹肉发红,最后撒盐浇醋,喝蟹汤,吃蟹肉。

三是生腌。这种吃法在宋朝非常流行,甚至连皇帝的御宴上都会出现生腌螃蟹。生腌倒无所谓,关键是腌完就要生吃,煮都不煮。把蟹治净,用刀噼里啪啦剁碎,什么蟹黄蟹膏蟹蟹肉统统不管,剁得跟烂泥似的,铲到盆里,用盐、醋、花椒、茴香、橙汁、蒜泥之类的调料拌一拌,直接就吃。南宋浦江女厨师吴氏在其专著《中馈录》里管这道非常生猛的“大菜”叫做“蟹生”,南宋江南美食家傅肱在其专著《蟹谱》里则管这道菜叫做“洗手蟹”,意思是这样做蟹非常快捷,不用蒸煮,不用油炸,这边客人刚洗完手,那边主人就把一盆生蟹端到客人面前了。

“蟹酿橙”和“蟹黄兜子”

宋朝也有一些真正懂得吃蟹的美食家,他们会做“蟹酿橙”和“蟹黄兜子”。

蟹酿橙属于蒸蟹,不过人家蒸得巧妙:把蟹肉或者整只小蟹团巴团巴塞到一只挖空的橙子里,然后再搁算子上蒸。橙香可以提鲜,橙汁可以去腥,橙皮可以锁住蟹肉的汤汁,不让它滴进锅里,真是一举三得。

蟹酿橙这道菜在宋朝又叫“橙瓮”,因为橙子中空,口小腹大,跟瓮确实有点儿像。据说宋朝最讲究的厨师做橙瓮时一定不用整只蟹,也坚决不用蟹黄蟹膏,只从蟹的双螯里挑出那一点点蟹肉(某些宋朝食客误以为蟹螯才是蟹身上最美味的部分),别的部位全部扔掉(参见司膳内人《玉食批》)。

蟹黄兜子近似于现在扬州饭馆里常见的蟹黄汤包,都是用蟹黄和肥猪肉做馅儿包成的美食。但蟹黄汤包是用面粉做皮儿,而宋朝的蟹黄兜子则是用豆腐衣做皮儿(参见《居家必用事类全集》己集《饮食类·蟹黄兜子》)。豆腐衣就是油豆皮,它是一层薄薄的油膜,比面皮薄得多,用它裹馅儿做成包子,里面的蟹黄和肥猪肉清晰可见,煞是壮观。

宋朝应该也有蟹黄汤包。据曾敏行《独醒杂志》记载,北宋大奸臣蔡京当宰相的时候,在家跟百官开会,开完会请大家喝酒,喝完酒上主食,每人一盘“蟹黄馒头”。我们知道,宋朝人说的馒头就是我们现在说的包子,所以蟹黄馒头可能就是蟹黄汤包。

