

东风日暖草芽情

每到二月二吃春饼，亲朋好友欢聚一堂，是老爸在世时留下的习俗。过了正月二十，我们就开始为春饼备料了，有面粉、鸡蛋、五花肉丝、韭菜、青麻叶白菜、胡萝卜、黄瓜、绿豆芽、粉丝、大葱，还有蒸肉、米粉肉、小酥肉等。正月二十八九就开始制作春饼了，因为来的人多，不能来的也要提前打招呼留饼，我家的春饼还是挺有人气的。

做饼是费时费力的，我从十几岁就开始和老爸学做饼，和面、醒面、揉面、分剂，最后也是最难的擀饼，在两个小剂中间抹油按在一起擀，既要圆又要中间及边

二月二的春饼

王健丽

着；2019年，老妈走了，我们仍然聚着。就是疫情三年不便相聚，我也是提前一周做好饼让他们各自带回家。

几十年过去了，做春饼的情景总是历历在目好似昨日。我已步入七十岁了，今年由于身体原因不能再为大家做饼了。当然，现在想吃都可以买得到，但我希望我们的亲情友情师徒情一如既往地永远传续……



二月二 宋代“挑菜节”

李开周

二月二是宋代的“挑菜节”。到了二月二，无论官民，无论贫富，都要去挖野菜，连皇帝和皇后都不例外。

我从文献里统计过，宋朝人常挑的野菜约有五种：

第一种是荠菜。苏东坡爱吃荠菜，他跟朋友写信说：“今日食荠极美……唯有天然之珍，虽不甘于五味，而有味外之美。”他很喜欢荠菜的味道（食荠极美），称其为“天然之珍”，意思是野生的珍味。这种珍味是如此独特，清鲜无比，以至于可以独立于酸、甜、苦、辣、咸等五味之外，单独成为第六味。

苏东坡还介绍了荠菜的做法：把荠菜择洗干净，跟大米和生姜一块儿煮，同时在水面上放一个蚬壳，蚬壳里放一些菜油，小火焖煮，让菜油慢慢蒸发，慢慢溶入汤羹，等蚬壳里的油干了，荠菜羹也好了。

我尝试过苏东坡的做

法，感觉并不太好，倒不如先熬米粥，再放荠菜，放少许盐调味，最后来两滴小磨香油，更能突出荠菜的鲜味，而且还能保证荠菜的营养不会流失。

第二种是茵陈。茵陈又叫白蒿，清肝明目，是中草药的一种，叶片碧绿，细碎如繁星，个头不高，刚开始匍匐在地，过了二月就变得细长，而且还会开花，一开花就苦得要命，不能吃了。宋朝长江以南，茵陈可能是人工种植的，到了江北就完全野生了。苏东坡的好朋友黄庭坚年轻时在开封做官，每年正月底和二月初都要去市郊挖茵陈吃，他非常喜欢这种野生的食材，常常让老婆用茵陈下面条，称之为“白蒿汤饼”。

茵陈做菜特别简单，最简单的方法是凉拌：弄一大筐茵陈，择洗干净，不用去白根儿，搁开水锅里分批断生，捞出来放凉，略微挤一挤，去掉多余的水分，切得细碎，用精盐和香油一拌，啧啧，真是妙不可言。茵陈有青草气，断生仍然去不掉，假如你不喜欢这种气味，凉拌的时候再放些米醋和味精，就只有其鲜而无青草气了。

我妈今年六十有八，老太太从饥荒时代过来，吃了半辈子茵陈。她偏爱用茵陈做蒸菜：茵陈淘净，不去根儿，不斩碎，拌少许面粉和碎馒头，放盐若干，浇香油

若干（防止粘连），搓匀了，摊在锅箅上，大火猛蒸，十分钟出锅，再浇几滴香油拌一拌，盛到大盘子里，用小勺挖着吃，既能当菜，又能当主食。

第三种是枸杞。枸杞的果实是药材，不是野菜，但枸杞的嫩苗却是宋朝人常吃的野菜。

诸位读者朋友想必都吃过荠菜，吃过茵陈的朋友应该也不少，但是有多少人吃过枸杞的嫩苗呢？我吃过，而且常吃，它的口感略微有些筋道，没茵陈滑，没荠菜鲜，却比茵陈和荠菜甜，所以在我的老家豫东农村，枸杞苗另有一个可爱的乳名：甜甜芽儿。

我们吃甜甜芽儿，吃法仍然简单，还是先焯水，后凉拌，比宋朝的吃法简单多了。宋朝有个陈达叟，写了一本《本心斋蔬食谱》，其中歌颂枸杞道：“丹实累累，绿苗菁菁，饵之羹之，心开目明。”枸杞果是红的，枸杞苗是绿的，果实可以入药，嫩苗可以烹饪，怎么烹饪呢？饵之羹之。饵之，指的是做饼；羹之，指的是做汤。据我猜想，宋朝人可能将枸杞苗切碎，或者做成菜汤，或者拌上食盐和面糊，摊成煎饼。

南宋养生手册《奉亲养老书》载有一种做法，是用枸杞苗煮粥：枸杞苗半斤，洗净切碎，配粳米二斤同煮，煮熟以后，用葱白、姜丝、食盐和香油调味。我照方抓药，

熬出来的米粥又香又滑，白粥里点缀着细碎的青绿，卖相甚佳。

第四种是蒲公英。蒲公英在宋朝俗称“救荒草”，说明在春天的时候，老百姓会用它果腹。

北宋沈括有一表弟，名叫周清臣，写过一本《救荒谱》，罗列可供食用的各种野菜，开篇就是蒲公英。他说蒲公英“耐饥益气，生嚼无草气”，这是经验之谈。确实，食用蒲公英之前无需焯水断生，用盐拌一拌，直接就能吃，没有一点草腥气。

我说蒲公英没有草腥气，指的是它的嫩苗，等它开了花就不行了，叶子变得很苦，茎秆变得很涩，即使焯水也难以下咽。所以要吃蒲公英，最好在农历二月开吃，那时候北方平原上的蒲公英还没有开花。

第五种是苣荬。跟以上四种野菜不一样，苣荬的味道非常苦，从一出苗就是苦的，焯过水仍然很苦，所以宋朝人叫它“苦荬”，现代人则叫它“苦苣菜”，在我的老家又被讹称为“蚰蚰菜”。事实上这种野菜的样子一点儿都不像蚰蚰。

苣荬虽苦，却适合煨肉。当年司马光回陕西讲学，陕西父老用瓦盆盛苣荬给他吃，其做法就是先用滚水断生，略略减去苦味，再用肥肉煨煮。苣荬去腻，肥肉去苦，两种食材相生相克，刚好可以做出一道风味绝佳的好菜。



本版绘图：李炫君

历史

1958年率领中国文化代表团出访阿富汗和阿拉伯联合共和国的郑振铎，因乘坐的苏联民航图—104A型客机在距离莫斯科五百公里处的卡纳什地区的阿佩尼卡火车站附近坠毁遇难殉职后，尹达升为所长，如此，“史语所的传统”仍得以保存下来一部分。何谓“史语所传统”？就是以史料为史学研究的核心，用现代的自然科学方法为工具，追求崇实求真、科学实证的传统。具体到研究论文上，便是“一大堆注脚、罗列的史料、长段的引述，把证据一一摊开，就像法官判案一样，最后的判决书就是短短几句话，可前面的证词很多。阅读起来很困难，很无趣，很痛苦——这就是史语所的风格。

它的走向就是，我摊开了，你就没什么可争议的了。这样的文章结论很坚实，除非你找到更多的证据，否则很难辩驳。结论定了，就是定了”。

夏鼐（1910—1985），浙江温州人。1931—1934年，由燕京大学转入清华大学历史系跟随蒋廷黻习中国近代史。1934年8月21—25日，参加公费留美只取一人的考古学考试，以总分72.82分超过其他报考者二十多分的成绩获取。在其前往英国伦敦大学留学的前一年年底，受袁复礼之邀，与裴文中、贾兰坡在周口店龙骨山山顶洞见习“北京人”头盖骨化石和人工打制石英石碎片的挖掘流程。1935年3月，在傅斯年和李济的安排下，以实习员的身份到

作家出版社

38

苏华著



《大夏禹都》

梁思永主持的安阳侯家庄西北岗殷代陵墓区，进行了扎扎实实两个半月的发掘工作。其间所写的考古日记，极其详尽。在这期间，他听从导师李济的建议，由准备到美国改为赴英国伦敦大学攻读考古学。8月7日，夏鼐从上海乘意大利“孔铁浮地”号邮轮，踏上了长达五年之久的留学之路。

连载

山西经济出版社

103

王宏伟编著



《旋律中的红色记忆》节选

他欣然提笔创作了《新北京，新奥运》和《一个世界，一个家园》两首歌词。

《五星红旗》曲作者是国家一级作曲家刘青，他是一位享受国务院特殊津贴的专家，担任解放军总政歌舞团专业作曲。

刘青12岁开始作曲，曾创作歌曲、器乐曲、舞

蹈音乐、影视剧音乐等作品900余件。其中有216件作品在全国及省、部级以上各类比赛、评奖中获奖。他的作品包括《祝你平安》《山不转水转》《永远是朋友》《高天上流云》《人间第一情》《中国大舞台》《昨天下了一夜雨》《天上下雨地上流》《光荣与梦想》《家和万事兴》《你好吗》《妻子》《我不想说再见》《五星红旗》《风雨真情》《无言的寻求》等歌曲，发行了8张个人作品专辑。刘青从事30余年的音乐创作，创作了大量耳熟能详的好作品，辛勤耕耘，长盛不衰，称得上是乐坛上的常青树。

“不为名利累，从容是最真”是刘青的人生格言，而“挡住诱惑、守住寂寞、善于学习、潜心创作”

更是他对待生活和事业的信条。

尽管做出常人难以取得的成绩，但刘青一直很低调，从不以此炫耀，很多时候，人们只知道哪首歌是首好歌曲，只知道是谁演唱，却不知道是谁的作品。甚至，在提职升迁上，他从不住往前冲而是往后躲避。据有关资料记载，1983年，刘青任铁道兵文工团创作室主任。几年后，组织上找他谈话：希望他在搞好创作的同时，出任文工团团长一职。面对这个常人认为的升职好机会，他却淡然处之，并坦诚地直抒胸臆：“这样可能多了一个不称职的文工团团长，却少了一个视音乐如生命、能够在音乐上出成绩的音乐人。”