

一.美食活化石“食它湯”

古城徐州簡稱徐,它地處華北平原東南,為華夏九州之一。自古以來徐州也稱為彭城。彭城有很多美食故事和典故,雖然它們多是鄉土產物,但細究起來都有些來歷。有的甚至還可追溯到遠古傳說時代。今天讓我們來說說徐州人每天都仍然在吃喝的活文物“彭城三湯”。

早在先秦時代,屈原在《楚辭·天問》里就有這一問:“彭鏗斟雉,帝何饗? 受壽永多,夫何久長?” 這裏的彭鏗就是徐州百姓所說的彭祖,他是顓頊的玄孫。彭祖父親陸終是吳回的長子,母親是鬼方首領的妹妹女嬪。因為彭祖擅長烹飪野鷄湯獻給了帝堯並治好了他的疾病,他受到了堯的賞識而被賜封于大彭,名曰大彭氏國(即今之江蘇徐州)。傳說彭鏗是彭姓的祖先。自堯帝起,歷經夏、商他一直是高官。到了周代他仍任要職為柱下史。彭祖據說娶妻 49 人,生子 54;相傳他活了八百歲,是一位長壽之神。同時,彭祖也因他一手原創的烹飪絕活兒被稱為中華廚神,是華夏廚師的祖師爺。【圖 1,屈原《天問》】



彭鏗伺候帝堯的野鷄湯即傳說和屈原所言及的“雉羹”就跟徐州人天天喝的彭城三湯第一湯“食它湯”有關係啦。——史載上古時期,堯帝因長年治國理政積勞成疾,加上那時生存條件艱苦、營養不良而罹患重病。堯帝因之不思飲食臥床不起,生命危殆。時彭鏗聽聞此訊救主心切,極盡所思所能,以野生錦雉、粳米和多種養生調味料慢煮爛炖,燉製成雉羹獻于堯帝。雉羹之味鮮美無比、營養豐富,乃滋補養生之妙品,深具神功奇效。身染沉疴的堯帝食之胃口大開,連食不日即身體漸愈,後康復如初。複元的堯帝因之大悅,遂把古徐州之地賞封于彭鏗,曰大彭氏國。彭鏗即史稱彭祖,彭城之名遂由此而得。

雉羹乃為我國有文字記載以來最早的美食與滋補保健品,彭祖因此獲得烹飪美食養生鼻祖之盛譽。雉羹有着這等神話般傳奇和經歷,當之無愧被譽為為天下第一羹。其後它在古彭大地廣為流傳,成為彭城一絕,並影響到了周邊蘇魯豫皖及其他地區。現在不止徐州,在彭城附近的安徽、山東、河南等地區都有類似的湯品出售而且都認祖歸宗往彭祖和雉羹上靠,但正宗的雉羹還是在彭祖的封地徐州本土。幾千年後社會和科學不斷發展,今天隨著營養學、醫學、生命科學等的不斷進步,如今專家才發現並提出了藥食同源的原理和研究分析,發現雉羹的配方和人體營養學的需求還是非常吻合的。古人的智慧居然暗合了幾千年後的現代科學,一碗湯里面有着神奇的學問。傳說時代的先知先覺們讓我們今人不得不佩服且感到驚奇與詫異……

雉羹有着如此高貴出身和傳說般經歷,它今天怎么又會被稱之為‘啥湯’呢?原來,在清朝皇帝六下江南時曾在徐州設立行宮(既現在徐州博物館舊址)。乾隆帝特喜愛微服私訪。某日他在客店吃了雉羹頓覺此物美味無雙,世之罕匹,一時間食慾大振,興緻頗高。吃完飯後乾隆帝向店家打聽此為啥湯。店家看到乾隆團隊陣勢和排場知道這是大人物而一時緊張有些口塞囁嚅畏言,隨口重複“啥湯……”,而隨從官員深知乾隆爺乃九五之尊,金口玉言,遂急中生智隨聲附和,回稟乾隆爺:“它就叫‘啥湯’,此湯乃稱啥湯也”。準此,雉羹這道在徐州廣為流傳的民間名吃因而又更名為“啥湯”。因有了皇帝乾隆爺的加持,這道湯的聲名更是節節高,並附麗上了皇家色彩。

後來,彭城後人覺得這“啥”字村俗不雅,遂為此創造了一個字,將之書寫為“食它”(合寫成一個字,以食字為偏旁)湯,漢語字典上查不到這個字,電腦上也打不出來該字,這種寫法沿用至今。【圖 2:老味啥湯又一村】



時光荏苒,斗轉星移,今天的食它湯做法已不可能再採用昂貴的錦雉(違反動物保護法)而是改用本地土生老母鷄與豬蹄膀、圓骨輔以麥仁及十餘種香料細火慢炖,精心燉制十餘小時而成。它將各種原材料營養美味之成份悉數萃取融為一體,激活並強化了禽之美味,豚之肥甘,骨髓之厚重;此湯實乃健脾益肺,滋補養生,大眾美食之佳品也。

如今徐州市比較正宗有傳承有知名度的食它湯有馬市街食它湯,外余甯的又一村食它湯和湖濱張記食它湯。著名相聲大師馬季曾對彭城食它湯喜愛有加,專門為它題字“天下一羹”。而許多騷人名士和南來北往的客人到了徐州皆爭先品嚐這道流傳幾千年的百姓美食,一品為快;而遠離徐州的游子把它當成了故鄉美好生活的記憶和對家鄉的思念與自豪。

彭城三湯溯源

王海峰

自屈原以前的傳說時代到今天,雉羹-啥湯已經火紅了幾千年。雖然名聲大,但它價格卻極為親民,是普通徐州人吃早飯的家常早點。由於啥湯需要土鷄、圓骨、豬肘、麥仁和秘制香料熬制十幾個小時,一般百姓不太可能在家製作而多去早點鋪子進食。啥湯雖然製作繁複耗時,但在徐州其價格極為親民,大都在 3-5 元人民幣一碗左右。這樣,吃早飯來一碗啥湯加個雞蛋,再點上二兩煎包或蒸包大約十元人民幣就是一頓美味且實惠的早餐了。現在大多徐州食客都是用這種方式開啓一天的生活模式的。【圖 3,美味啥湯加雞蛋 4 元,豬肉鍋貼素煎包和肉蒸包,小菜免費。這一小桌共 13.5 元】



如果您是外地人,下次到了徐州,別忘了領略一下徐州古風和傳說中的美羹,嘗鮮鮮香的啥湯,不虛此行。

二.徐州一絕說辣湯

辣湯幾乎整個北中國都有。同時,大半個中國都在爭正宗。從辣湯、胡辣湯、酸辣湯、酸胡辣湯、胡酸辣湯,林林總總,莫衷一是,沒人甘愿居二。

辣湯,顧名思義,如果加上了“胡”,其出身就晚啦。——“胡”是古中國人對西-南亞和中亞地區諸國的舊稱,胡琴、胡桃、胡豆、胡麻、胡椒乃至於後來的胡蘿蔔,都是外來物種。其出身多拜中外交流之賜,它們來到華夏遠遠晚于了屈原時代。而徐州的辣湯其實是雉羹的表兄弟或子侄輩呢!

辣湯,顧名思義有辣的因素在。但辣椒進入中國很晚,是在明代後期。古人最早吃的辣就是葱薑蒜和韭菜。遺憾的是這“四辣”都是生辣,一旦煮熟它們的辣味就消減幾至無。北地苦寒,無論戍邊還是耕犁的農民在朔風下避寒用“辣”都是一個優先選項。那時的辣都是生吞,直到張騫通西域引來胡椒才有了生熟通吃的辣。但可惜那時候的胡椒很昂貴,一般小民百姓用不起。所以若說“胡辣湯”起源于漢唐時的國都長安我不反對。那時候這些“一線城市”達官貴人王侯公卿多,消費能力強,發明美食的條件比較足,有可能是捨得用胡椒的。但估計胡辣湯初起時不是百姓食品。到了宋代,經濟發達了,人口也巨量增加,胡辣湯流傳到宋之國都河南,所以今天河南人一直在搶胡辣湯的正宗商標。

但此胡辣湯卻並不是徐州的辣湯。或者說,河南跟徐州雖是近鄰,但它的胡辣湯跟徐州辣湯根本不是一個家族,它們之間甚至沒有親戚關係。先讓我們看看河南胡辣湯是些什么成分。就比較經典的介紹,胡辣湯是河南早餐中常見的傳統湯類名吃,它是用胡椒、辣椒、草果、牛肉粒、骨湯、粉芡、細粉條、黃花菜、花生、木耳、豆腐皮、干張等製作而成。這湯成分複雜,內容實惠濃稠,不失為早餐良品。但顯然它不是徐州辣湯的支派而是另有來歷。因為雖然它的成分琳琅滿目也能飽肚子,但這裏面的牛肉粒、粉條、黃花菜、花生木耳豆腐皮之類是徐州辣湯斷然不收的。

說完了胡辣湯,再看看其他地方的辣湯。名聲幾乎達到覆蓋全國的辣湯類品牌還有酸辣湯,這酸辣湯據說是一道四川省的特色傳統名菜,屬於川菜系。這道湯是以肉絲、豆腐、冬筍為主要內容熬制而成的。它的具體食材包括豆腐、熟雞肉(或火腿)、冬菇、熟瘦豬肉絲、水發海參、水發魷魚、雞蛋、澱粉、蔥花、醬油、豬油、味精、胡椒粉、香醋、鷄湯及其他調味品;其陣容豪華,顯然不是街頭早餐的配置,所以這個酸辣湯跟徐州辣湯也沒有關係。據說近年來海外有一種簡單版的酸辣湯,去掉了川版里面所有的豪華食材而僅保留廉價肉絲木耳豆腐和醋、辣成分,其售價極廉卻很能下飯,為底層百姓所喜歡。但不管怎么說,這種川版酸辣湯及其衍生產品一般不是早餐和小吃的配置,而是屬於一種下飯的湯菜。它一般在海外中餐館是中午和晚餐全天候供應的,而不作為早餐小吃湯品供應。

有比較才能鑒別。驗明瞭正身,我們現在就能夠看出徐州辣湯跟其他各地的本質不同了。相關資料介紹,徐州辣湯製作是用圓骨、蹄膀、鱈魚絲、母鷄熬制十幾個小時以上,再加上麵筋、黑胡椒、葱、姜、雞蛋花等煮成的。徐州“辣湯”名字上有“辣”字其實它並不辣,它的辣來自久久熬煮的葱和姜。前面我們說過,這些食材熟了辣味漸消,而呈現出來的是微微的鮮辣。徐州人有嗜辣的習慣,但辣湯里卻肯定沒有辣椒;造成其辣的另一個元素是加上胡椒,由於辣湯里面加了不少胡椒,所以辣湯表面看上去有點灰乎乎的。徐州辣湯的賣相一般,但它喝起來的確美味。徐州辣湯冬季暖身、夏季增進食慾。【圖 4,彭城辣湯】



在徐州,好的辣湯並不濃稠而是稍有濃度的清亮。其湯色略帶灰黃里面飄漾着鷄絲和鱈魚絲。徐州辣湯的另一個考究是麵筋。它講究用清水洗麵筋,待鷄和大骨底料湯熬制好後將麵筋扯成手帕大小尺寸在滾湯上面來回漂瀾。滾湯盪煮生麵筋,會變得一縷縷的麵筋條隨滾湯冲走,以此循環往復,辣湯中就飄滿了絲縷般的麵筋條,再用長筷子沿順時針翻攪;最後打上雞蛋花。煞是好看。添加這些麵筋的工序很獨到,麵筋熟成後有咬勁兒,既好看又好吃又抗餓。這種漂瀾方式在湯里融入麵筋的手法大概是徐州的絕活兒,外地並不多見。

徐州辣湯比較實惠,它好吃不貴。看起來顏色不太有賣相,但喝起來真的美味,其中有鷄、豬和鱈魚的綜合,一碗湯里鷄魚肉蛋全有,價錢不過三五塊錢。因為一般百姓沒有耐心熬煮十幾個小時,而且為了一碗湯要用鷄、蹄膀、鱈魚等食材,所以很少人願意自己做辣湯,早餐都是到小食店去買。徐州幾乎每條小街或隔幾條衚衕就有一家辣湯店,但要吃正宗的,徐州人會推薦你去兩來風。據說,柒來風也不錯。【圖 5,彭城兩來風辣湯店】



走筆至此,明眼人會看到徐州辣湯跟前述的“啥湯”有着內在的血緣關係,它是一種修改版的雉羹。這里面加入了辣的元素,卻去掉了雉羹里的古方粳麥仁和其他料素。其基本湯底二者相似,但辣湯加入了鱈魚絲並用鱈骨煮湯,這是它加進的比較明確的江蘇和水鄉的元素,是西安或河南的胡辣湯中絕沒有的。雖然辣湯是啥湯的 2.0 版本,但古風猶存的徐州人仍然酷愛啥湯,他們喝的就是這種古風和千年滋味。當然,需求刺激和創新口的市民多是屬於辣湯派的擁戴。

應該說,徐州啥湯和辣湯或同出于一祖,但現在卻派系分明。不過,徐州啥湯和辣湯都講究燙,湯要始終翻滾。無論冬夏,您買到手的湯都是滾沸的,雖然湯里飄着蛋花,但現在百姓荷包鼓了,往往要當場再加個蛋。於是,盛湯的二廚會現場給您表演個生鷄蛋變蛋花的絕技:一般是拿着鮮鷄蛋一只手磕開筷子一攪,另只手半勺滾湯一澆,生鷄蛋汁瞬間在您眼前就變成了滾滾淺棧黃色的蛋花。這一招算得上神奇。

徐州啥湯和辣湯湯底都是母鷄和蹄膀大骨湯,所以它講究喝的就是清湯的醇濃和清鮮,湯熬成後不再加任何調料。它唯一偶或允許添加的是點滴香油,傳統守正的市民卻就是喝本色的湯。外地從河南和安徽來客往往要求加上點芫荽,彭城啥湯和辣湯店是從不提供的。您若問為什麼,熱心的一衆喝湯者會告訴您那樣竄味,毀了湯本身的醇濃。

如果有外地客向啥湯或辣湯店老闆要香菜或是問湯里為什麼沒有海帶和豆腐,徐州人一定會失笑——那就不是胡辣湯啦,要想摻和那些,大概要多走幾步,往西或往東南,到河南或安徽才能喝到。

三.來自北魏的那碗丸子湯

丸子湯,這個名目也應該是全國常見,無論葷素,各地皆古已有之。但徐州的丸子湯卻有點獨特。不信您到網上查查,輸入一下這幾個關鍵詞,我包您它上面的回答有聲有色有介紹還有視頻。它的來歷也值得一說。

徐州丸子湯有故事。這個故事年頭還很久。據說它是源于北魏年代道家的素食秘方。徐州南郊有個九節連環的雲龍山,它南北走向,延綿九個山頭蜿蜒如龍,山上有很多名勝古迹。最著名的是北魏時期人工開鑿的巨大石佛和山上後世在唐宋時代又開鑿的大量摩崖石刻。山上還有北宋年間張山人故址;大文豪蘇東坡等人曾出任徐州地方官,蘇軾尤喜與賓客寮吏登臨此山。雍正年間徐州知府李根雲亦在此地創建了著名的雲龍書院,雲龍書院今天仍然在承擔着講學和傳承徐州文化的重任。因此,徐州的雲龍山留下了不少歷代名人的故事、遺緒和墨迹。【圖 6,徐州雲龍山】



如果彭城丸子湯從北魏時算起,至今它也已經流行有一千五六百年了。那時候人們崇尚養生,據說它的丸子很獨特,純用素餡,以蘿蔔和綠豆麵、澱粉及秘制配料做成。這丸子特點是個頭小、質地蹦脆。它一般只有拇指大小,泡在湯里久浸不軟不散,長時間保持着香脆的特點。這個早點小吃名為丸子湯其實還有別的內容,它一般是跟綠豆麵做成的幾張粉皮同煮。

丸子湯的做法不算複雜。但它的準備工作需

要當天半夜即起炸丸子以保持其鋒脆的效果。另外,它需要熬煮專門的料湯,攤好綠豆薄餅粉皮。由於其準備工作比較艱難且要求現做現賣,現在年輕人已經不再願意繼承祖業或經營它。眼下的綠豆粉皮已經改為機制,這稍微減輕了一些勞作。丸子湯操作是湯料鍋始終滾水伺候,食客點湯時師傅先下粉皮煮到透明,然後碗里加料加湯盛入粉皮,接着投入素丸子,加上辣椒油和香菜,還有蒜泥和配料,就齊活了。

據說這丸子湯來歷不同于彭城啥湯和辣湯湯,它源于道家應是素食。但根據典籍介紹,佛教講究不殺生和衆生平等,因此佛教的素食是絕對不含動物性製品的食物的。佛教對中華文明影響極大,所以道家強調修身養性其素食觀也受到了佛教的影響。但中國道教的根源來自“人法地,地法天,天法道,道法自然”,自然就是萬事萬物,所以道教卻不拒汲取天地精華來為我所用、修法得道。因此,道家的有些派別並不排斥葷腥甚至他們飲食如常人。如其中的正一派就允許信徒居家修行,可以娶妻成家立業,茹葷飲酒……

彭城丸子湯傳說得之于道家,所以它也依循素食的料方,但它卻不必嚴格排斥葷食,因為它並沒有打出純素的招牌。現在彭城丸子湯的主料採用了綠豆麵。它講究當日即時油炸綠豆麵配蘿蔔絲丸子,也講究熱湯現煮燙綠豆粉皮。

綠豆在本草綱目和民間傳統中一直有味甘清涼消熱解毒助消化等醫用價值和養生功能,而且它價格適中易於獲取,是一般百姓取之不竭的食療食料和養生品。

綠豆麵經過特殊處理,它好吃有咬勁且有一種特殊的清香味。另外,據說現在有的店家採用了熟豬油來提味也是對舊配方有所發展。豬油有葷性很甘香膩潤,它也能分解出豬肉的味道。彭城丸子湯湯底相對寡淡,它主要靠蒜香提味,同時自家熬制的辣油加香菜是它的靈魂,丸子湯的基本口味偏重咸鮮熱辣,吃起來給人感覺很過癮。當地老徐州人有句諺語:“要解饞,椒子鹽”。徐州本地人的口味有點偏重偏辣,這種飲食偏好和理念比較濃重地表現在了丸子湯里。

【圖 7,彭城丸子湯】



由於傳統的丸子湯一般不用吊湯也不用葷湯,它的本湯就是煮綠豆餅的水,它的調味多是生蒜泥辣油和香菜,這些“重口味”調料食畢容易讓人口生異味。因此,傳統的丸子湯店應備一缸豆漿,以備食客吃完丸子湯後喝口豆漿送送食並去除口中異味。這些都是店家的思慮周到和題中應有之義。

這樣,一碗丸子湯,加上煮到透明爽口滑順的粉皮,再配上一個荷包蛋,一般飯量的人早餐就飽啦。丸子湯定價小碗是七元三張綠豆麵皮加丸子;如果你飯量大也沒關係,那就多花一塊錢再加兩張綠豆粉皮。這裏還可再加荷包蛋一塊五一只。一般人一份小碗丸子湯再加個荷包蛋八塊班就是一頓早飯。即使大肚漢,來個大份再加個荷包蛋相信也一定能吃個腦滿腸肥了。這樣的、一頓早餐還十塊錢略多也就解決了。【圖 8,彭城丸子湯店】



前面彭城三湯都是歷史悠久而且美味可口,但這還不是它們最大的特點。彭城三湯共同之處是它們的親民、營養且便宜。它們中沒有一種價格是達到十塊錢的,即使您當場要求再添個雞蛋來個加強版,一般也不會到十塊錢。如果您再來二兩包子,有吃有喝也就是十元左右。相信這是打遍中國幾乎沒有更便宜的古早美味早餐了。

經濟實惠,橫跨古今、交通南北,彭城三湯,開啓了徐州人美麗的一天。從營養學上講,鷄湯蹄膀圓骨和雞蛋皆為人體所需且易於吸收的平民恩物,一個人大約每天只喝這一碗湯就基本上保證了一天的營養。早在上世紀六七十年代,選擇這三湯中的任何一碗湯,再泡個饅就是老百姓的幸福生活啦。今天大家日子過的好了很多,喝湯的同時一般人都會配一二兩蒸包煎包,大致十塊錢出頭也就全解決了。各位讀友,下次到徐州,別忘了試試這些湯品。

如果您有時間又有肚子,最好多待兩天,每樣都來它一碗。

錯過了徐州,您大概在全國主要樞紐干道城市里就別指望能喝到這麼物美價廉的湯了。



商務出版社