

# 天水顶“呱呱”

杨心雅

“你吃过呱呱吗？”很多人听到这一问题都会一头雾水：“呱呱？”这种难以从字面上理解的食物，外地人鲜少听闻。

在甘肃天水，这种被称为“秦州第一美食”的小吃，拥有2000多年的传承历史。它吸引走南闯北的食客寻找那一份“味蕾的惊奇”，更凝结着当地人的故土情怀与集体记忆。



今年6月，公祭伏羲大典在天水伏羲庙举行。曹树琳 牟 健摄

## 独特的味蕾记忆

清晨5时，甘肃天水还未苏醒，很多人还沉浸在梦中。而这时，53岁的常定君和张巧玲夫妇已洗漱完毕。身为“常记呱呱”店主，他们必须在6时半之前准备妥当，保证赶着上班上学的食客吃到新鲜美味的呱呱。

张巧玲将盆中面浆里的水倒掉，换上温水。“这是荞麦磨成的荞面，”她解释，“一定要提前一天把荞面在水中沉淀，淀浆的过程4小时一次，这已是第5次了。淀浆最大限度地保留了蛋白质。只有蛋白质丰富，口感才劲道。”

换水完毕，张巧玲手法娴熟地将处理完的面浆加水入锅，用小火慢慢烧煮搅拌近40分钟。终于，锅内慢慢形成了一层厚厚的、颜

色黄亮的面食，就是呱呱。

无论盛夏酷暑，还是寒冬腊月，每天6时半，常定君夫妇都会准时到店开门。一直到中午11时，食客争先恐后络绎不绝，经常出现座位不够的情景。一碗碗被捏成小块的呱呱加入辣椒、芝麻酱等20多种调料，是当地人最爱的早点和最特殊的情怀。

“一天能卖500碗吧。”张巧玲对本报表示，很多外地人来吃呱呱，一看到实物就打退堂鼓了，因为呱呱里会加很多辣椒，红彤彤的。“有时，七八个外地人只要一碗呱呱，想先尝一尝。尝过之后，都会再点一碗大快朵颐。”

据介绍，让人望而却步的辣椒正是呱呱的点睛之处。色泽红亮，辣而不燥、香味醇厚、回味绵长。看起来辣，吃起来却不辣，反而有其独特的香味，与呱呱融合，相得益彰。

彰。“香辣绵软。”常定君说，“这可能是形容呱呱最合适的话了。”

## 浓郁的故土情怀

孕育呱呱的城市——天水，在很多研究伏羲文化的人眼里并不陌生。羲皇故里，天河注水。它位于甘肃省东南部，是甘肃省少有的青山绿水之地。“都说是上有天堂下有苏杭，却不知陇上也有好风光。”一首《天河热土》，唱出天水不为人知的秀丽风景和人文风貌。

天水是位列“三皇之首”的伏羲氏诞生地和伏羲文化的发祥地，保存着中国规模最大的明代建筑群伏羲庙和伏羲创画八卦的遗址卦台山，是海内外华人寻根祭祖的圣地，也是伏羲文化研究交流的中心。天水还有中国四大石窟之一的麦积山，它与水帘洞、大像山、拉梢寺等共同组成丝绸之路东段的“石窟艺术走廊”，引得游人慕名而来。

在这座历史文化悠久的城市，呱呱便是最负盛名、最具特色的地方小吃。正如兰州人要吃牛肉面一样，呱呱是天水人“必吃的早点”；而常记呱呱，便是天水最有名的呱呱店铺。“常记呱呱开了40年，天水现在也有8家常记呱呱。”张巧玲回忆，“我婆婆开了20年，我们又开了20年，也算是传承了下来。”

呱呱有2000多年的文化历史。据说西汉末年，上将军隗嚣割据陇右（今天水一带）。隗嚣的母亲宁王太后特别喜欢吃呱呱，“隔日必有一食”，呱呱便成为宫中御食，专门有御厨为太后烹制。东汉初年，隗嚣兵败刘秀，投奔西蜀孙述。御厨逃离皇宫，隐居天水，后来在天水城内开起一家铺面经营呱呱，呱呱便这样流传下来。日月更迭，时至今日，天水人的一天都是以一碗呱呱开始。“呱呱”这个名字也有其来历，是指天水土话“锅巴”的意思，荞麦粉煮得黏乎乎成半凝固状，结成厚厚的锅巴。于是，“呱呱”这个名字也流传下来。



“我开店印象最深的是，一位80多岁的老人被儿女搀扶着来吃呱呱。”张巧玲说，“老人腿脚不方便，可还是喜欢吃咱天水的传统美食，老人说‘味道一直都没变！’”

## 坚定的文化传承

常定君夫妇做了大半辈子呱呱，每天重复着十几个小时的制作流程。“做呱呱的手艺人不多，能抓住精髓的更少。”常定君说，“所以我们才要保持初心，把老祖宗的东西传承下来。”

常定君介绍，从一开始的选材备料，就要用最好的食材。荞麦来自于山清水秀的陇南嘉陵江畔，碧波荡漾的嘉陵江水孕育出的荞麦最具营养。油是家家户户常用的菜籽油，“呱呱要吃出健康”。至于荞珍子，都是自家人用最传统的石磨磨制而成。“这是常记呱呱能得到天水人甚至外地人认可的原因吧。”常定君说，“我只想一心一意地将手艺传承下去。”

2008年9月，《丝绸之路上的美食》大型系列美食专题节目在中央电视台播出，其中一集专门记录了3位来自中国、法国和马来西亚的顶级大厨，在“常记呱呱”品尝呱呱并学习制作的过程。

“他们很惊讶，这种看起来并不精致的食物，吃起来却如此美味。”张巧玲说，“他们学习了制作方法后，还自己换了佐料，加入咖喱和新鲜蔬菜来尝试。我们很高兴呱呱能得到其他国家大厨的认可。”

在北京上学的张同学从小爱吃呱呱。“小时候觉得到处是呱呱，出来才知道只有天水有。”他说，想吃的时候买不到，邮寄过来也不新鲜。“每到这个时候就特别想家，想吃一碗新鲜的呱呱。”

“责任心很重要，对得起客人，也对得起家乡。”张巧玲说。谈及未来心愿，她朴实而真诚地笑了：“也不知道能不能实现，但确实很想有这么一天——我们想让全世界都尝尝呱呱。”

“天有北斗，地有七星”。传说天上的七仙女看了这里的山水，相邀结伴，飞临此地游玩戏水，结果留下了七星潭。传说很美，而七星潭的景致，可比传说更让人陶醉。

七星潭位于河南省内乡县宝天曼南麓，被誉为“中原独有的十里山水画廊”。到七星潭游览，我迷恋它的水之美，水之魅。

我曾醉心于桂林漓江水的柔美细腻，欣赏过黄果树瀑布的瑰丽壮观，感受过丹江湖水的明净澄澈，更领略过壶口黄河水的撼人心魄……可是，来到七星潭，我才发现，这里的水之美，是集诸美于一体的魅。

七星潭的水富有静之魅。一路青山绿水走来，到处原始森林，静静享受着水的滋润。鸟啼空谷，溪流深涧，偶尔传来采药山民的歌声，饱含“蝉噪林愈静，鸟鸣涧更幽”的意境。七星潭处处是静谧的水，整座山就是一座巍峨屹立的水库，静悄悄地收纳百川。不用说山谷里，泉眼里是水，“清泉石上流”；草丛中、罅隙处涌的是水，连枝杈间、树叶上也都有水，时不时地从阔或狭或扁或圆的叶间，玉润晶圆地滚下一颗颗珍珠，掉落在蒲草丛中，扑地一响，或滚落在镜鉴般的水面上，叮咚一声形成涟漪，如诗如画。

七星潭的水富有柔之魅。这里的水都是



七星潭水之魅

鲁钊

那么柔和，甚至能够感受到柔情。你看吧，峭壁流泉，风生水起，叮咚作歌，曲折回环，景随步移，水随人行，幽雅入胜，满谷情趣。七星河水丰，但激荡的模样不多，潭水幽深，让人感觉分外柔和美丽。瀑布挂下，水落入潭，化成一汪碧玉，分外宁静恬淡。七星如珠，柔顺的水，如一条丝带将七潭串起，串成一挂柔美的珍珠链。如此秀山柔水，身历其中，你真的不觉山高水险，而只是怡然自得。

七星潭的水富有秀之魅。七星潭如同一部优美的风光片，一路穿行谷底，处处径盘水绕，水清石现，可充分领略七星潭水蚀出秀丽独特的地质奇观“摆摆石”。巨大的花岗石块形态各异，好像人工砌成一样，其实都是天然形成，有着独特的秀韵。走在七潭河岸边，望满眼碧水，听溪水潺潺，闻花香芬芳，让人神清气爽。两岸山峰夹峙，高山流水，穿小径，涉台阶、踏石道、钻山洞，一瀑一潭次第展现，水与人始终相伴相亲，或碧或素或深或浅，让人深感受秀从水起，秀入心来。

七星潭的水富有雄之魅。有潭必有水，有水必有瀑，有瀑必雄险。无论是天井瀑、悬崖瀑、回音瀑，还是三叠罗汉瀑、七星连环瀑，一个个都那么雄奇。尤其是天井瀑，位于峡谷无路处，三面峭壁，猿愁鸟哀，心生寒意，鬼斧神工。就在这伟岸绝壁上，数十米高的瀑布轰然直下，尤其壮观。七星潭，潭皆有瀑，顺河谷、攀栏杆、历危岩，待上到最高瀑布处，便可见一河自半山腰上跌宕而下，形成了7级连环飞瀑深潭，7个连环瀑随着地势的蜿蜒起伏呈阶梯状错落分布，在坚强如铁的花岗岩上，冲激出一个个巨形深潭，让人充分感受到雄之美。

七星潭的水富有禅之魅。“山光悦鸟性，潭影空人心”，水清见底，灵鱼摇曳，碧翠动波，有一种淡淡的禅意。瀑布轰鸣，凌空扑潭，一动；潭水如翠，恬静无语，一静。动静之间，也让人感受到细细禅意。水是柔的，石是硬的，水滴石穿，日久成潭。望着七星潭，望着岁月磨成的一片片“摆摆石”，也有一股禅意萦绕心头。

七星潭，美山美水。美在潭，魅在水，有静，有柔，有秀，有雄，有禅意。

# 世上湖山 天下常熟

李德金



人在旅途

在苏南常熟，乘竹筏放舟尚湖，与逛杭州西湖有着完全不同的体验。作为国家历史文化名城，常熟人杰地灵。当地的尚湖是国家5A级景区，湖光山色，风光绝美。

春暖花开时，这里种植的10万平方米牡丹花争奇斗艳。每年3月25日，常熟都要举办牡丹节，至今已有25届。9大色系、近300个品种、5万多株牡丹开花盛景，吸引成千上万的游客慕名前来。“江南最大的牡丹园”里，花香四溢，常熟最古老的一株“牡丹寿星”更让人惊奇，这株牡丹历经450多年风雨，仍然精神抖擞，每年4月中旬都会容光焕发崭露峥嵘，绽放出600多个香气扑鼻的娇艳花朵。游客

纷纷与“老寿星”合影留念，祈福求平安。

春季牡丹未凋，夏季已姍姍而至，6月荷花8月藕浸润着尚湖的夏韵。在波光粼粼的湖面上，一阵清风吹来，蝴蝶漫飞，蜻蜓起舞，荷花荷叶纷纷向游客点头致意。

除了花香藕景之外，尚湖还有一个魅力无穷的东西——常熟特有的六角菱角。每逢秋收季节，菱角头顶白色小花，从水面上奉献出颗颗饱满的果实，嫩嫩爽爽，清甜爽口，生吃去火功效最佳。

前几日，我来到尚湖，实实在在感受到“世上湖山，天下常熟”的美景名不虚传。举目远望，尽收眼帘的却是“满湖春色”，山树花草依然一片绿色。即使在冬天旅游淡季，地处常熟城区西部的尚湖也没有出现过萧条的景象。

站在姜太公钓鱼的太公岛旁排队乘竹筏时，迎接游客的是一处处从国外引进的池杉景观。经过多年积累完善，尚湖已发展成水上森林公园，池杉为烟波浩渺、水质清澈的冬季尚湖带来一道独特的风景线。



尚湖鸟瞰 资料图片

湖内遍布的湿地为各种珍稀鸟类营造了一个良好的栖息地，林里越冬候鸟比翼飞舞。乘游船在荷香洲、钓鱼渚、鸣禽洲、桃花岛等7个洲岛玩赏的游客，沿着水上池杉森林的弯曲湖道前行，既可观赏池杉苍翠欲滴的亭亭身影，又能领略鸥鹭觅食的热闹场面。人、树、鸟在水中央嬉戏，构成一幅精彩的冬日画卷。这就是尚湖保持一年四季常青、游客纷至沓来的秘密所在。

在尚湖岛屿岸边道路两旁，还有“常熟市

树”——香樟彬彬有礼广迎宾客。它们在冬季披红挂黄带绿，格外庄重大方。常熟人视香樟如宝贝，因为在当地的历史民俗中，哪家生了女孩，都会在门口栽一棵香樟树，代表这家有女儿。等树长大了，如果还未锯掉，说明这家女儿还待字闺中，就会有媒婆上门说亲。女孩出嫁后，父母还会用锯掉的香樟树做成箱子一块嫁陪，预示新郎新娘两厢情愿厮守一生。有这样美丽的民俗传说，常熟人怎会对香樟没有深深的爱慕之情呢？

# 千年银杏醉长安

田立阳 文/图

岁月悠悠，一树纳尽千年风华。日前，位于陕西省西安市长安安区终南山下的古观音禅寺内游人如织。大家不惜排队数小时，来观赏、拍摄一株千年银杏树叶缤纷的壮美景观。

据悉，这棵古银杏树已有约1400年历史，相传是当年唐太宗李世民亲手栽种，现已被列入国家古树名木保护名录。每年11月初，银杏叶开始变黄，11月中上旬叶子开始飘落，最佳观赏期约为11月15日至25日。看着金黄的银杏叶铺满古树周围，游人如醉如痴，穿越千年，以寻找内心的宁静。



千年长安，银杏引得游人络绎不绝。

# 黎族鱼茶透坛香

钱国宏

去海南旅游时，旅居海南20多年的舅舅推荐了一道当地黎族同胞喜爱的传统美食——鱼茶！一道让我们终生难忘的“茶”。

乍一听“鱼茶”这个名字，相信很多人会认为鱼茶是当地朋友发明的一种独特的茶。其实，鱼茶根本不是茶，而是当地一道传统美食。简言之，就是一种用米饭腌制的淡水鱼。

在海南黎乡，几乎人人都会做鱼茶。但凡家中有贵客临门，招待的第一道菜，肯定是鱼茶。制作鱼茶是黎族同胞的一门独特手艺：选取海南特有的石斑鱼、鲢鱼、鳙鱼、歪嘴鱼、福寿鱼中的任一种鲜鱼，去鳞，开膛，鱼身切成小块，用盐腌3个小时左右，捞出，洗净晾干，然后掺入熟干饭、酒曲、搅匀，加些姜片、蒜、猪肉、牛皮，装进洗净的坛子里，加盖密封，10日至15日发酵后，即成“鱼茶”。

黎族鱼茶食用时需用水泡泡；喝其水，食鱼肉。因这种吃法与沏茶相似，所以便有了“鱼茶”的称谓。

制好的鱼茶色泽艳丽，味道酸甜而芳香；鱼肉则软中有韧，入口先是酸臭，咀嚼之后舌尖便有绵香泛开，直击味蕾。尤其是那藏身于米饭中的鱼脯，更是酸甜可口，味道堪称黎乡一绝！北宋诗人梅尧臣饱食鱼茶后，挥毫点

赞：“大鱼人骑上天去，留得小鱼来按觥。吾物吾乡不须念，大官常惯有差别。”

关于鱼茶的来历，海南的民俗学家考证后认为有3种传说：第一种传说是，很久以前，一个黎家妇女无意中把生鱼和米饭放在一起，几天后发现鱼的味道不错，于是就有了鱼茶。第二个传说是，一次丰收庆宴后，黎族同胞为了不浪费吃剩的东西，便把米饭和生鱼放在坛子里盖好，几天后发现鱼味可口，这种做法世代相传，便形成今天的鱼茶。第三种传说是，黎族同胞在“刀耕火种”过程中，发现用生鱼和米饭和在一起吃，能够让身体“降温”，于是就“研制”出了鱼茶。

“既赛前朝曲，又翻杨柳枝”。如今，黎族同胞在传承百年民间技艺的同时，还不断推陈出新，创新出多种鱼茶：鱼仔茶、鱼脯茶、鱼肉茶，分别由淡水鱼仔、鱼脯、高山淡水鱼肉与高山稻米、姜等制成。其中，鱼肉茶是黎乡最为常见和普遍的一种鱼茶。

“九日山僧院，东篱菊也黄。俗人多泛酒，谁解助茶香。”欣赏着树影婆娑的椰林，沐浴着凉爽惬意的海风，遥望着鳞次栉比的黎寨，品尝着美味可口的鱼茶，这真让人有种乐不思蜀、羽化登仙的感觉呢！