

/// 回味

故乡秋风起 江南芡实香

■申功晶

汪曾祺说：“鸡头米老了，新核桃下来了，夏天就快过去了。”鸡头米，何许物也？郑板桥诗云：“最是江南秋八月，鸡头米赛蚌珠圆。”鸡头米与鸡实则是不相干的，它是一种水生植物，学名芡实，生长在荷塘里，与莲藕比邻，只因整个果实外表毛刺刺的像极了鸡头，故此得名。记得儿时，一立秋，鸡头米上市，芡农们提篮在大街小巷叫卖：“阿要买鸡头米？”母亲总会买上几斤给家人尝尝鲜。彼时，又恰值蟹黄膏肥之际，一大家子人围着八仙桌吃

罢蟹宴，末了，上一碗清甜软糯的鸡头米甜羹，真真切切舒适惬意、畅快无比。

转眼又至立秋时，“独在异乡为异客”的我，看到朋友圈中家乡亲友晒出糖水桂花鸡头米的照片，心底不禁生出一缕乡愁。其实，鸡头米分布广泛，南北皆有，俗称南芡实和北芡实，可口感却有着天壤之别。北芡实常作药引，价格低廉，在超市多能买到，然久煮不烂；南芡实则颗粒饱满，白嫩如珠玉，清糯可口，俗称“鸡头米”。我的家乡姑苏正处江南腹地，水网纵横交错，给水生植物的生长提供了良好的环境，尤其是葑门

一带，有着连片的芡实田。清代沈朝初《忆江南》词赞道：“苏州好，葑水种鸡头。莹润每疑珠十斛，柔香偏爱乳盈瓯，细剥小庭幽。”

我曾在葑门横街工作过一段日子。每逢金秋，横街一带的人家门口都会摆着一个个圆匾，匾旁围坐着当地的妇人手剥鸡头米。鸡头米虽好吃却难剥，果肉嵌在滚圆的壳里，壳相当硬，剥之得用巧劲，轻一分剥不开，重一分剥碎，徒手剥几粒，指甲就疲软生疼。因此，妇人们拇指上套着专业的“铜指甲”。剥鸡头米是一桩极苦极累的差事，我曾尝试剥了一阵，

站起来后两眼一黑，差点没摔倒。剥一斤鸡头米才剔出一两多肉，可谓粒粒皆辛苦。有过这等体验和认识，就不会觉得鸡头米200多元1公斤的价格昂贵了。饶是如此，附近的下岗女工和外来打工者亦纷纷加入到剥鸡头米的大军中。据说，剥鸡头米一季的收入可让农民丰衣足食一年。昔年，我常光顾一位年逾古稀老太的鸡头米摊位，她每天最早起摊，吃过晚饭还继续剥，自己却从来舍不得吃一粒。老太太说，孙女在外地读大学，她趁着鸡头米上市辛苦点赚一把，孙女第二年的学杂费就不用愁了。听至此，让人油然而生一股“遍身罗绮者，不是养蚕人”的辛酸和感悟。

鸡头米在家乡是一道时令风味小食，古时只有富贵人家才消受得起。曹雪芹幼时曾随父祖在苏州有过一段锦衣玉食的日子，他也很爱吃鸡头米，还将此物写入《红楼梦》。书中有一段，贾宝玉让人给史湘云送吃食，其中一样时鲜货便是鸡头米：“袭人听说，便端过两个小掐丝盒子来。先揭开一个，里面装的是红菱和鸡头两样鲜果。”古时讲究的人家将银耳、桂圆、红枣、莲子、冰糖和鸡头米一起炖，汤汁黏黏稠稠，养颜美肤，是太太小姐们的心头好。后来，美食家将鸡头米与河虾仁、莲藕、荸荠（马蹄）、茭白、茨菇等一起炒，吃起来嫩甜又不失鲜脆，

有着江南水乡独特的清爽口感，美其名曰“水八仙”。当然，最经典的吃法是清余，即在冰糖水里焯一下，洒上一把干桂花，嚼起来既清爽又香糯，还自带一股沁人心脾的本色。

鸡头米素有“水中人参”之雅誉，《神农本草经》说它“补中，益精气，强志，令耳目聪明”，将之推崇为滋补上品。北宋文豪苏东坡年逾花甲，仍才思敏捷、健步如飞，他自称养生之道乃是每日吃鸡头米，且吃法相当奇葩：取刚煮的芡实放入口中，缓缓含嚼直至津液满口，再鼓漱几遍，徐徐咽下，每日食数十粒，坚持不懈。

近些年，我久在北方，秋风一起，便生出张季鹰之“莼鲈之思”，心心念念家乡的鸡头米。老母亲颇懂我的心思，不远千里给我捎来一袋家乡“土特产”。我起锅待水烧开，将鸡头米倒入沸煮三分钟，最后兑入少许白糖和干桂花，一碗极素极简的糖水桂花鸡头米就“诞生”了。一勺入口，汤水里带着沁人心脾的桂花香，鸡头米软糯弹牙又有嚼劲，美味从舌尖渐向喉咙扩散，芳香溢齿，甘泽润喉，在这渐凉之日，对我这样一个游子来说，既暖胃又贴心。我联想起同乡文人范烟桥盛赞此物：“银瓯浮玉，碧浪沉珠，微度清香，雅有甜味，固天堂间绝妙食品也。”

沉浸在芡实的美味里，我仿佛看到了故乡的秋天。如果说，画家吴冠中笔下“灰墙黛瓦、秋叶似火、野渡舟横”的寥寥几笔代表了纸上的江南秋色，那么，我碗里一颗颗圆润如珠、香糯弹牙的芡实便是舌尖上的江南秋味。

一碗鸡头米，好个江南秋！



在水一方

汤青摄

/// 城市印象

千年古郡 人文宣城

■谢悦悦

在我的眼中，宣城这座城市像一块温润美玉，宁静淡然，古色古香、别具风韵。城市环境干净整洁，绿意盎然；随处可见的壁画书法突出其骨子里的文化气息。宣城是一座风光秀美的城市，这里土地肥沃，气候湿润，素有“江南鱼米之乡”的美誉。

走进宣城博物馆，一览宣城的历史文化，不禁让人惊叹于其古老悠久的历史底蕴。宣城水阳江流域原始人类活动延续时间长达70万年，该区域现已发现旧石器遗址或地点群近20处，闪烁着史前文明的曙光。宣城古称宛陵、宣州，自西

汉设郡，至今已有2000多年的历史。彼时起，此地就一直一直是江东大郡，晋永嘉年间，古宣城首开文化昌盛之风，历经六朝，素有“宣城自古诗人地”“上江人文之盛首宣城”之称。

在宣城博物馆，我们见到了一张硕大的宣城城市名片，全国文明城市、国家历史文化名城、国家卫生城市、国家园林城市、国家森林城市、全国科技进步先进市、全国双拥模范城等荣誉罗列其上。宣城是安徽省地级市，长江三角洲中心区27座城市之一，位于安徽省东南部，苏浙皖三省交汇处，地理位置十分优越。宣城亦是长三角综合枢纽之城，数条高速公路、高铁及芜宣机场等交通

要道、枢纽在这里汇聚。近年来，宣城成为了南京都市圈成员城市、杭州都市圈观察员城市、G60科创走廊中心城市，是皖江城市带承接产业转移示范区的重要一翼。

宣城是中国著名的文房四宝之乡，宣纸、徽墨、宣笔入选国家级非物质文化遗产名录。宣城也是诗人梅尧臣、数学家梅文鼎、红顶商人胡雪岩、新文化运动旗手胡适、徽墨名家胡开文、学者吴组缜、书法家吴玉如、书画家吴作人的故乡。历史上多位著名诗人曾到访宣城，谢朓、李白、杜牧等人曾数次来宣城做官或是游学，他们的大量歌咏诗赋，都在描绘这座美丽的城市。尤其是诗仙李

白，曾七次到访宣城。历史记载，李白人生最后的十年时光在宣城度过，也留下了多首千古名诗，如“相看两不厌，只有敬亭山”，又如“桃花潭水深千尺，不及汪伦送我情”等等，可见宣城秀丽的风光，深厚的人文底蕴，给诗人带来了创作的澎湃灵感。

宣城是全国“最佳旅游休闲城市”，境内有被称为“天下四绝”之一的太极洞、“江南诗山”敬亭山、世界珍稀动物扬子鳄自然保护区，还有新四军军部旧址、旌德江村、绩溪胡氏宗祠等大量人文景观和名胜古迹。宣城拥有11处4A级景区，树立生态旅游、文化旅游和红色旅游三大品牌，成为在苏浙沪地区具有较大影响力的旅游目的地。

五色相宣，城载千年。走出宣城博物馆，我仿佛穿越了几千年的璀璨文明。博物馆坐落于美丽的宛陵湖畔，一阵微风吹过，湖面泛起层层涟漪。湖水在阳光的照耀下微光闪烁，好似披了一层金黄色的纱衣。我骑上单车绕湖一圈，深深呼吸着清新宜人的空气，感到心旷神怡。

下午，我们来到敬亭山。登上山顶，眺望远处，只见山脉起伏蜿蜒，重峦叠嶂，与不远处的宣城市区相互依偎，尽显和谐仪态。苍翠的群山护佑着这座城市里的每一个人。身处名山，观赏着自然美景，心中回味着宣城醇厚的历史文化气韵，我不禁醉了……