

▲生姜讲古　　邝　飚

姜的配角之路

文｜瞿杨生

厨房里最不起眼的，大约就是那块姜。土黄皱皮，样貌平平，常常安静卧在砧板一角。

古人把姜归为“辛菜”，祭祀与饮食中，素来都有它的位置。先秦，姜便已列于食案。《论语·乡党》记载：“不撤姜食，不多食。”孔子食姜，日日不废，却又克制有度，绝不贪多。汉代张仲景著《伤寒杂病论》，载有含姜方剂数十首，后世医家更称它为“呕家圣药”。

姜真正走入烟火深处，是从药柜跨进厨房。厨子们渐渐发现，姜能去腥提鲜，炖肉解腻，煲汤衬味，一道菜有它与无它，风味截然不同。更难得的是它便宜，寻常人家都负担得起。胡椒曾贵重，辣椒迟至明代中后期才慢慢登上餐桌，漫长岁月里，姜扛起了最基础、最普惠的辛味担当。

一同登场的诸多辛味调料，如今境遇各有不同：桂皮多半只用来炖肉，紫苏善于消解水产腥膻，茱萸则退守药食边缘。唯独姜不曾退场，用处反倒越拓越广，入药、入膳、养生、日用，是配角，却不可替代。

孔子那句“不撤姜食，不多食”，或许还有更深的含义。姜性温，可温中散寒，药性柔和而不猛烈；它的功用，重在辅佐衬托，不抢风头、不越本分，偏偏又是不可或缺。这份分寸，近乎中正平和。

姜能绵延数千年，不靠耀眼夺目，而胜在足够寻常。寻常到家家买得起，顿顿用得上；寻常到人们很难说清它究竟好在哪里，可一旦少了，便总觉得差了味道。

从先秦礼案到农家灶台，从医典方剂到家常菜谱，姜从未争过主角，却把配角做到了极致：不居功，不越位，不缺席。

自画被个



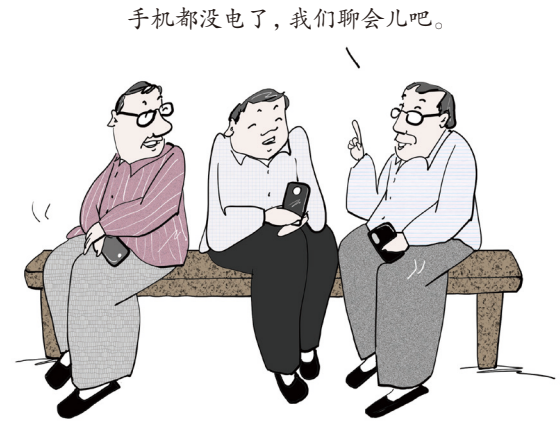
空对空　　孙　晨

做事习惯内卷，实际问题不管。
概念来回推演，生命由此变短。

世相小集



▲师徒都很忙　　李泽峰



▲老友相聚　　于昌伟

英方漫画



◀『不急，等你们照完我们再扫。』　吴志攀



▲牢笼　　杨其标