

# 花鸟学社



如果说春天是“虫鸣鸟叫，枯树逢春，一切自始更新”；那么一叶知秋之后，落英总难免让人触景伤怀，伤春悲秋。但一朵花的凋谢并不意味着生命的结束，它可以转场到餐桌上，开出更多的惊喜与慰藉。毕竟，“赏花之人固然众多，食花之人从古至今，天南地北却也没有缺过”。以花入食，淡雅、清香；粗朴的三餐，因花的加入而有了生机。 ■ 吴笑文 整理

## 乐生活 | 吃花是风雅吗？

### 桂花

挑选秋季盛开时的金桂，陈酿成桂花酒，入口时总能令人想到那句“欲买桂花同载酒，终不似，少年游”，酸甜香醇背后，是胜却人间无数的金风玉露。晒干的桂花，在人们的手中则化为桂花茶和糖桂花。前者微苦过后是散不去的回甘，满喉满口都是甜香；后者作为配角，搭配各式糖水甜品，散发着氤氲的浓郁香气。此外，还有桂花糕，米糕特有的松软似乎与桂花的清香成为注定的伴侣，清香绵软，成为甜品中的一抹白月光。



### 南瓜花

在两广一带，南瓜花最受人们的青睐。黄灿灿的南瓜花裹上面粉，在油锅里炸到金黄，是广东人得闲饮茶时不可多得的茶食。

对广西人来说，南瓜花更是亦药亦菜的吃食。生活在广西的客家人有这样一道拿手好菜——瓜花酿，便是用南瓜花去掉花芯，再塞进拌好的香菇猪肉馅，花瓣叠起封口后煮熟，外面的花脆甜，内里的香丰腴，闻起来则带着特有的香味。

而在贵州，南瓜花甚至可以作为火锅食材，表面完整的南瓜花，细看还带着小绒毛，成为食材新鲜的象征。



### 木槿花

木槿花的花期很长，一直到深秋都能见到它的身影，多变的花色，秀美的光彩，使之成为文学作品中歌颂的对象。

木槿花盛开后，食之口感清脆；而木槿花蕾，食之则入口柔滑，别具另一番趣味。木槿花入菜的选择颇多，福建人会用木槿花托面煎炸，做成“面花”或“花煎”，爽口芬芳；木槿花煮豆腐是皖南山区的吃法，红白相间，细嫩甘甜。

### 玫瑰

在西南的吃花大省云南，哪怕已经过了春季花期，人们依旧能在当地市场上找到食用花材。玫瑰，算是其中最讨人喜爱的主角。其中尤以玫瑰鲜花饼为人熟知。除了鲜花饼，提前腌制好的玫瑰酱，还会被包进一切甜口的粑粑里。在四川眉山，当地人会将发酵过的米浆拌上白糖和猪油，包住玫瑰酱后再一个个整齐地码在蒸锅里，只需十几分钟，香喷喷、甜绵绵，还带着一丝酸的玫瑰冻粑就是街边最称心的早餐。

### 菊花

东晋陶渊明爱菊成瘾，用菊制作菊花酒，写下“秋菊有佳色，裛露掇其英。泛此忘忧物，远我遗世情。”

菊花的采食之路也远不止于此。清朝时，菊花饺子是清廷每年立冬要吃的传统食物，慈禧太后独爱的菊花火锅，便是用新鲜的雪球白菊花，放入滚热鲜美的乌鸡汤中，再投入肉片、鱼片和时令蔬菜涮食，美名曰“白菊乌鸡涮红锅”。

### 百合

提起百合，不少人想起的是开在山坡上漫山遍野的芬芳花朵。远在西北的兰州陇西，是全世界唯一生产甜百合品种的产地，在极大的昼夜温差下长成的百合，瓣大肉厚、鲜白清甜。在兰州，靠山吃山，人们也将百合菜肴变换出无数种花样：直接蒸熟，碾压成泥，冰镇后淋上蜂蜜，比冰激凌还要细腻；也可以直接把整颗百合球茎拿来烘烤，甜百合带着秋天绵密柔软的质地，像在嘴巴里展开的云朵。 ■ 据《时尚COSMO》

## 悦读



### 窗外鸟啾啾

■ 刘国瑞

“凤城春来早，窗外鸟啾啾。”我时常用这两句话形容住地的清晨。当我还沉浸在梦中，勤劳的鸟儿便开了工，喳喳的叫声唤起了太阳，从东方地平线缓缓露出头，阳光就来了，天就亮了。风景河里歌唱一夜的青蛙也就停止了噪动，不知藏到了何处。我也就拉开帷幕，开始了一天的忙碌。

伸胳膊、踢腿，扭脖子，弯腰，景观河南头的健身广场上三三两两的晨练爱好者在做运动。那个瘦高个谢了顶的老男人在那只泰迪的陪伴下，依然精神抖擞，步伐矫健。只是河边的鹭尾不时忍受着泰迪的骚扰。一只小白狗远远尾随，几欲靠近，又对男人手中拐杖充满畏惧，放弃又不甘心。一会紧追，一会装作若无其事的样子踟蹰，茂密的冬青间隙成了它的隐身之地。偶尔会发出温柔的叫声，仿佛在给泰迪说，它并没有走远。泰迪几次回头，都被男人手中的绳拽了回去。

如果说景观河是条玉带，小广场就是玉带的盘，坐着各式各样的健身器材。

太阳愈升愈高，天越来越亮，人也越聚越多，气氛就越来越热闹。

初夏时节，时常爱在院内硬化后留的一块自留地上种一些蔬菜，如黄瓜、豆角、丝瓜等，在院内放上几个花盆，每个里面栽上几棵辣椒或朝天椒，便充实了生活的空间。逛一圈儿回来，整整架子、修剪黄掉的叶子、浇浇水、薅薅草、捉捉虫，忙得不亦乐乎。看着一个个种子出土、发芽、生长、开花、结果，心里有说不出的愉悦，不知不觉就挂在了脸上。

尤其丝瓜爬秧时，在西墙根的绿地里插上几根竹竿，捆成米字状，把丝瓜秧主藤固定在竹竿上，杆的上部拴上几根长长的细铁丝绳，一根一根把丝瓜秧理顺，从西头就斜拉到了三楼窗户的护栏上。待到秧子一长长，绿色就遮住了半

边的天。绿色的骨朵一绽开，就吹起了一个个的黄喇叭，吸引了成群结队的蜜蜂、蝴蝶前来采粉授粉，旅游观光。

闲暇时，也爱端个水杯搬个马扎儿坐在院内，悠闲地欣赏巴掌大的绿叶，金黄色的花，听蜜蜂唱歌，观蝴蝶跳舞。一会儿举头仰望微风扇动的杨叶、银杏叶，一会儿平视瞻玫瑰、月季和蜀葵；一会儿低头赏米兰、尖椒和海棠，一会儿听鸟语、品花香。这可是三十年前自己连想也不敢想的事。时常冥想，神仙过的日子恐怕也不过如此吧，自己也过把不是神仙居仙境的瘾，逍遥、自在、无拘无束。

清晨的时光是短暂的，宛如一瞬。却又是珍贵的，一年之际在于春，一天之际在于晨，连鸟也知道晨起的鸟儿有食吃，何况人焉。时间的列车总是在奔跑不会停歇，早上的时光还没享受够，太阳便开始毒辣辣的发威。只好拿着水杯，搬起马扎，悠然自得地上楼离开，一边走一边恋恋不舍地念叨，明日再来品花香，听鸟语，再享美好的住地清晨。