

“滑”“葵”考

——兼论葵菜的勾芡作用及古代勾芡的文化内涵

马健鹰¹, 嵇娟娟²

(1. 扬州大学 旅游烹饪学院, 江苏 扬州 225127; 2. 江苏旅游职业学院, 江苏 扬州 225127)

摘要: 早在周代, 厨师就以菹、菹、粉、榆及米汁作为勾芡制滑的原料, 而葵菜的勾芡作用更为周人所重视。自明代后, “葵”的概念已发生变化, 冰葵、紫葵、落葵等葵类食材皆为制滑原料。先民勾芡制滑, 旨在养老, 一是满足老人“以滑养窍”的养生需求, 二是满足老人对厚味的需求。

关键词: 饮食文化; 葵菜; 勾芡; 养生

中图分类号: TS 972. 123

文献标识码: A

文章编号: 2095-8730(2019)03-0001-04

早在周代, 厨师对菜品的口感和味感就有很明确的要求。《周礼·食医》:“凡和, 春多酸, 夏多苦, 秋多辛, 冬多咸, 调以滑甘。”^{[1]667}《礼记·内则》复载同文。^{[1]1464}春酸夏苦, 秋辛冬咸, 因时和味, 基于五行。调味于四季各有侧重, 这是先民五行意识支配的结果。“调以滑甘”, 后人多予忽视。甘, 《说文》:“美也, 从口含一。一, 道也。”^{[2]202}即怡美之味, 四季皆以甘和味。《礼记·内则》:“枣、栗、饴、蜜以甘之。”^{[1]1461}周时无糖, 以枣、栗、饴、蜜之甘调味。今人烹调, 常以糖提鲜, 不分季节, 溯源寻本, 当出于此。这显然是先民对菜品滋味之美的追求。而“滑”则是先民对口感的要求, 实现这种要求, 先民创造性地开发了许多烹饪辅料, 其中葵即实现“滑”之口感的重要食材。

1 “滑”考

古人把食物在口腔中的清爽黏润的感觉称作“滑”, 其工艺手段和效果与今人所说的勾芡大致相同。先民对哪些菜品进行“滑”制? 又通过怎样的方式使烹制出的菜品达到“滑”的效果呢?

《仪礼·公食大夫礼》:“翎芼: 牛藿, 羊苦, 豕薇, 皆有滑。”^{[1]1086}翎, 《说文·金部》:“器也。”段

注“此礼器也。《鲁颂》:‘毛炮馘羹。’《传》曰:‘羹, 大羹, 翎羹。’按: 大羹, 煮肉汁不和, 贵其质也。翎羹, 肉汁之有菜和者也。大羹盛之于登, 翎羹盛之于翎。翎羹和菜谓之芼。”^{[2]704}由是可知, 翎本为盛羹之器, 此指有菜的肉汤。芼, 孔颖达疏曰“芼菜者, 按《公食大夫礼》三牲皆有芼者, ‘牛藿、羊苦、豕薇’也, 是芼之为菜也, 用菜杂肉为羹。”^{[1]1461}依此可知, “牛藿”即以豆叶烹制的牛肉汤, “羊苦”即以茶菜烹制的羊肉汤, “豕薇”即以野豌豆烹制的猪肉汤, 先民将牛藿、羊苦和豕薇统称“翎芼”。翎芼就是制“滑”勾芡的对象。

完成制滑工艺, 必须借用可以制滑勾芡的植物。《仪礼·士虞礼》:“翎芼用苦若薇。有滑: 夏用葵, 冬用菹。”郑玄注“苦, 苦茶也; 菹, 菹类也。干则滑, 夏秋用生葵, 冬春用干菹。”^{[1]1171}依郑注, 夏秋两季, 用葵菜对牛藿、羊苦和豕薇制滑勾芡; 冬春两季, 用干菹对牛藿、羊苦和豕薇制滑勾芡。《礼记·内则》表述更细“菹、菹、粉、榆、兔、藿, 滫以滑之。”郑玄注“菹, 菹类也。冬用菹, 夏用菹, 榆白曰粉。兔, 新生也; 藿, 干也。秦人澠曰滫, 齐人滑曰也。”孔颖达疏“以滑之者, 谓用菹、用菹及粉榆及新生干藿相和滫之令柔滑之。”^{[1]1461}郑、孔注疏, 为我们传递了一个重要信

收稿日期: 2019-05-17

基金项目: 国家社会科学基金项目(12CJY087)

作者简介: 马健鹰(1962-), 男, 满族, 吉林长春人, 扬州大学旅游烹饪学院副教授, 从事饮食文化研究;

嵇娟娟(1986-), 女, 江苏滨海人, 江苏省旅游职业学院教师, 从事饮食文化研究。

息,先民勾芡,一方面用董、萱、粉、榆这四种植物;另一方面,对新鲜的或风干的食物要用滹、漉两种方法进行柔化,使之滑润。董、萱、粉、榆,这四种植物具有怎样的勾芡制滑效果?滹、漉又是怎样的制滑方法呢?

董,《说文》写作“董”释曰“草也。根如荠,叶如细柳,蒸食之甘。”段玉裁注“《大雅》‘董荼如饴’《传》曰:董,菜也。《夏小正》:‘二月荣董。’《采芡·传》曰‘皆豆实也。’《内则》‘董萱’注曰‘萱,董类也。冬用董,夏用萱。’按‘释草’:董有二:啮、苦董。”^{[2]45}而李时珍直言曰“此旱芹也。其性滑利。故洪舜俞赋曰:烈有椒、桂,滑有董、榆。”^{[3]1260}据此可知,董即旱芹(亦称药芹)之古名,其汁液有滑润润口之特性,且有处进排泄、清热利尿之功效,故而成为先民烹饪“糊羹”,制滑勾芡的首选辅料。

萱,《广韵·桓韵》:“董类。”^[4]《仪礼·特牲馈食礼》:“糊羹,用苦若薇,皆有滑。夏葵,冬萱。”郑玄注“萱,董属。干之,冬滑于葵。”^{[1]1192}《宋本礼记》陆德明释文“萱,似董而叶大也。”^[5]据此可知,萱属旱芹之一种,其特性与功效与董相差无异,也是先民烹饪“糊羹”,制滑勾芡的和味食材。

粉,《说文·木部》:“榆也。”段玉裁注“粉,榆者,榆之一种。”^{[2]247}《礼记·内则》郑玄注“榆白曰粉。”^{[1]1461}李时珍曰“邢昺《尔雅疏》云:榆有数十种,今人不能尽别……今人采其白皮为榆面,水调和香剂,黏滑胜于胶漆。”又曰“榆皮、榆叶,性皆滑利下降,手足太阳、手阳明经药也。故大小便不通、五淋肿满、喘嗽不眠、经脉胎产诸证宜之……高昌人多捣白皮为末,和菜菔食甚美,令人能食。”^{[3]1575}李时珍从科学实践的角度,对粉作了透彻的阐述。他认为粉皮的滑利特性对疏壅通窍颇有功效,可谓养生上品。

榆,与粉虽为同类,却亦有别。《说文·木部》:“榆,白粉。”段玉裁注“《陈风》‘东门之粉’《传》云:粉、白榆也。然则《释木》榆白为逗,粉为句,显然,许意亦如此读。”^{[2]247}《说文》及段注并未说清榆、粉之别。惟李时珍引王安石《字说》中的文字道出了两者区别“榆浑俞柔,故谓之榆;其粉则有分之之道,故谓之粉。”^{[3]1574}浑,又作“潘”,《说文·水部》:“汁也。《春秋传》曰‘犹拾潘。’”王安石认为,粉之所以谓之“粉”,是因为其

有“分之之道”的生态特征;榆树之所以谓之“榆”,是因为榆皮因多汁液而“俞柔”。俞者,本义为安然;俞柔者,黏滑柔润也。显然,榆树得名,是因为皮多汁液缘故。李时珍引陶弘景《名医别录》曰“此即今之榆树,取皮刮去上赤皮,亦可临时用之,性至滑利。初生荚仁,以作糜羹,令人多睡,嵇康所谓‘榆令人瞑’也。”又引《马氏药录》曰“榆处处有之。三月生荚。古人采仁以为糜羹,今无复食者,惟用陈老实作酱耳。按《尔雅》疏云:榆类有数十种,叶皆相似,但皮及木理有异耳。”^{[3]1574}综合考述引文可知,《礼记·内则》中“董、萱、粉、榆”之“榆”,是指刺榆,遍布大江南北,先民以其荚仁做粥,口感滑润;刺榆叶、皮可捣碎成粉,烹制“糊羹”时可用以调和致滑,是当时重要的勾芡食材。

先民勾芡制滑,除以“董、萱、粉、榆”为原料外,米汁也是先民常用的原料,只是它专用于新鲜或风干的食材。先民称新鲜食材为“免”,称风干食材为“蕘”,这些都是古人对肉类食材的专称。《礼记·内则》提到的“滹”“漉”就是用米汁对“免”“蕘”进行勾芡制滑。滹,《说文·水部》段玉裁注“《内则》‘滹’注‘秦人溲曰滹。’此则别是汤液之类。”^{[2]563}《礼记·内则》郑玄注“秦人溲曰滹,齐人滑曰漉也。”^{[1]1461}溲者,即淘米也,浸泡也,以淘米水浸泡原料“免”“蕘”,使之滑润致嫩。《内则》中载“炮豚”一菜,其中就有一道工序:当乳猪经火炮之后,去其附于皮面上的泥土,以湿手拭净,“为稻粉,糲溲之以为醢,以付豚,煎诸膏。”^{[1]1468}按《内则》贾逵释“醢为粥清,粥而去米也”可知,醢,即一种去掉米粒的粥,可用于上浆制滑。这与今之上浆、勾芡之法相得益彰,形成了中国烹饪勾芡制滑的源流关系。

2 “葵”考

在先民菜品制滑勾芡工艺中,葵菜的地位不可忽视,在某种程度上,葵菜已成为我国烹饪历史发展中制滑勾芡的主要原料。

很多学者认为,葵菜,又名“冬葵”“冬寒菜”,先民视作“百菜之首”。他们多引元人王祯《农书》之论“葵为百菜之主,备四时之饌,本丰而耐旱,味甘而无毒,供食之余可为菹腊,枯枿之遗可为榜簇,子若根则能疗疾。”^[6]可见,葵菜在中国先民的饮食生活中具有很高的食用价值,且不论

尊卑,普遍食之。先秦以来的古诗文对“葵”多有提及。南朝鲍照还写有《葵园赋》,盛赞葵菜风味之美。时至唐宋,葵菜仍为时人所重视,文人墨客尤其喜欢在吟诗诵赋中赞美葵菜,故而唐诗宋词中不乏其踪影,如李白“园蔬烹露葵”、杜甫“秋露接园葵”等,可见葵菜在文人心目中是尤美之食。

自明朝中叶后,葵菜的概念在人们的脑海中即已模糊了。李时珍曰“葵菜古人种为常食,今之种者颇鲜……今人不复食之,亦无种者。”^{[3]834}可见李时珍生活的16世纪,葵菜已经退出人们的日常饮食生活了。然而本人认为,李时珍关于“葵菜”无人种、无人食之说有待考稽。秦汉时期,人们说的葵菜应有专指,即后世学者所谓“冬葵”“冬苋菜”。自元明后,随着海上运输能力的增强和舶来蔬菜品种的增多,“冬葵”或曰“冬苋菜”逐渐淡出人们的饮食活动;至李时珍时代,人们已不食“冬葵”,自然也就不种“冬葵”了。然而,先民心目中的“葵”,应不仅指冬葵一种。“葵”字从“葵”。“葵”,甲骨文写作𠄎,金文写作𠄎,叶玉森指出“葵为葵之古字,象四叶对生形,与彖象三叶,竹象二叶同。”^[7]《说文·葵部》段注:“葵之为言揆也,言万物可揆度。”^{[2]742}宋人陆佃曰:“葵犹能卫其足,今葵心随日光所转,輒低覆其根似知。”^[8]菜之叶向日而生,似有揆度之智,故写作“葵”。古人认为,凡称“葵”者,其菜质皆有滑感,这种滑液的生成与葵心随日而转以护其根的生态特点有关。如莼菜,古名“水葵”;木耳菜,古名“落葵”;苋菜,古名“紫葵”;它们都有口感甘滑的特点,故名“葵”,诸葵之中,以冬葵尤胜。

历史上最负盛名的滑口之羹,莫过于“纯羹”了。《晋书·文苑传·张翰》:“翰因见秋风起,乃思吴中菰菜莼羹鲈鱼脍,曰‘人生贵得适志,何能羈宦数千里以要名爵乎。’遂命驾而归。”^[9]文中的“莼羹”即以莼菜烹制而成的羹,莼,古名“水葵”,即葵菜之一种,贾思勰在《齐民要术·臠羹法》中对水葵的选用要求、加工操作等作了详尽的载述。^[10]莼菜,贾思勰称“莼羹之菜第一”,莼羹在周代即为以豆叶烹制的牛肉汤、以茶菜烹制的羊肉汤和以野豌豆烹制的猪肉汤之统名,又作“翎羹”。显然,“莼羹”的概念在晋代已有了变化,“脍鱼莼羹”也称作“莼羹”,尽管贾思勰在文中并未道尽鲈鱼入莼成羹之法,但晋人烹制鲈鱼,以莼制羹,进而达到滑润之效,这种烹法显然是周

人“翎羹”的历史延续。后世厨师演绎出的“鲫鱼莼菜羹”“莼菜银鱼羹”“莼菜鱼丸汤”“莼菜香菇冬笋汤”“虾仁拌莼菜”等皆因莼菜滑美可口而为之治味,故而杜甫有“羹煮秋莼滑,杯迎露菊新”的诗句盛赞水葵滑润之美。

从相关史料记载看,先民发现和利用葵菜黏液的历史应是很早的事了。周代厨师甚明四季调和不离滑甘的道理,而且提出了“翎羹用苦若薇,有滑:夏用葵,冬用苳”的观点,郑玄释曰“夏秋用生葵。”由是可知,葵在周代,就已经成为厨师勾芡的重要原料。今闽、赣、川、湘诸省的葵菜,叶茎青翠欲滴,煮成的菜羹呈碧绿之色,闽东一带的厨师煮葵菜时,将嫩茎连叶切碎,入水烹煮,因葵菜茎叶含有黏液质,只要水下少些,煮时用锅铲将菜连汤按在锅底研磨,黏液质受压挤出,煮成的汤就会呈黏稠状,吃起来有滑腻感。这应源于古代厨师从葵菜中汲取黏液用以制滑的古法,可视为先民制滑勾芡工艺的历史延续。故而李时珍总结道“葵,人呼为滑菜,言其性也……苗叶作菜茹甚甘美,但性滑利。”^{[3]834}可见,取葵液制滑勾芡,不仅有食材利用理论依据,而且还有养生价值。

3 勾芡制滑的文化内涵

滑,《说文·水部》:“利也。”^{[2]551}古人为何将“滑”释为“利”?《周礼·食医》贾公彦疏“滑者,通利往来,亦所以调和四味。”^{[1]667}孙冶让正义“谓以米粉和菜为滑也。”^[11]《素问·五藏生成篇》曰“夫脉之大小滑涩浮沉,可以指别。”王冰注曰“夫脉者细小,大者满大,滑者往来流利。”^{[12]889}从中医学的角度看,“滑”被视为脉象之一,指脉搏往来流利。结合先民对五味之用的规律,可知滑感不仅是口感,亦可使一年四味之利通达于人体之内,以利养生。《周礼·疡医》:“凡药,以酸养骨,以辛养筋,以咸养脉,以苦养气,以甘养肉,以滑养窍。”^{[1]668}窍,九窍,《正字通·穴部》:“窍,凡物气相通者曰窍。”^[13]《素问·阴阳应象大论》:“故清阳出上窍,浊阴出下窍。清阳发脉理,浊阴走五藏。”^{[12]881}在先民看来,“滑”的真正目的是为了符合人体的养生之需,而口感尚在其次。从中医角度看,“滑”正是以“通利往来”于窍,达到了人体养生的效果,这是中华先民的养生智慧在烹饪工艺上的伟大体现。

通过一定的烹饪方法达到“滑”的效果,这是

先民在烹饪实践中不断摸索和总结的过程;而以“滑”养生,则是先民在孝亲尊老的前提下形成的制度和烹道。中国古代最早也最突出的伦理规范就是“孝亲”。父母为“亲”,“善父母为孝”,日常饮食行为是体现孝亲的最佳形式,孝亲行为方式也就成为饮食礼制的重要内容之一。在宗法制度下,孝亲与尊老养老之间有着内在联系,因此,人们将孝亲推及尊老养老。和孝亲一样,尊老养老在日常饮食活动中也形成了一系列的礼仪制度。周代“八珍”具有嫩烂滑软、易嚼易咽的特点,是专门用以事亲奉老的美饌。“调以滑甘”则是基于老人的饮食养生而确立的风味标准。孝亲所进之食,首先需要想到老人的饮食习惯,尽量使食物润滑适口,易嚼易咽,易于消化,可谓孝亲所致,用心良苦。

从现代烹饪理论上说,勾芡是实现味觉艺术的重要方法之一,其目的是使汤汁的营养成分经过勾芡着附于原料表面,从而增加菜肴的美味。换言之,勾芡是改善菜肴口味、口感、色泽和形态的重要手段。但在先民看来,勾芡的目的只有两个,一是满足老人的养生需求,即“以滑养窍”,在老人的菜羹中利用菹、苳、粉、榆及葵菜等食材进行勾芡,使菜羹产生滑爽柔润的口感,老人食用后,就能够达到脉搏往来流利、九窍滑利通畅的养生效果;二是满足老人对厚味的需求,老人味蕾日

渐衰败,味觉不灵,咀嚼和消化功能减弱,勾芡制滑无疑是对菜品风味的有效补救,根据菜品原料的不同特点,芡汁或浓或稀,都是为了满足老人对菜品风味的审美享受,这正是古代厨师勾芡制滑的良苦用心所在。这两个方面,就是中国烹饪勾芡工艺在历史形成中积淀而成的文化内涵。

参考文献:

- [1] 阮元. 十三经注疏[M]. 北京: 中华书局, 1980.
- [2] 段玉裁. 说文解字注[M]. 上海: 上海古籍出版社, 1981.
- [3] 李时珍. 本草纲目[M]. 北京: 中国档案出版社, 1999.
- [4] 蔡梦麒. 广韵校释[M]. 长沙: 岳麓书社, 2007: 243.
- [5] 郑玄. 宋本礼记[M]. 北京: 国家图书馆出版社, 2017: 683.
- [6] 王祯. 农书[M]. 北京: 农业出版社, 1981: 244.
- [7] 叶玉森. 殷契钩沉[M]. 北京: 北平富晋书社, 1929: 39.
- [8] 陆佃. 埤雅[M]. 杭州: 浙江大学出版社, 2008: 169.
- [9] 房玄龄. 晋书[M]. 北京: 中华书局, 1974: 1588.
- [10] 贾思勰. 齐民要术[M]. 北京: 中国商业出版社, 1984: 126 - 127.
- [11] 孙诒让. 周礼正义[M]. 北京: 中华书局, 2013: 187.
- [12] 二十二子[M]. 上海: 上海古籍出版社, 1985.
- [13] 张自烈. 正字通[M]. 北京: 国际文化出版公司, 1996: 244.

The exploration on “lubricating” and “malva”

——on thickening function of malva and the cultural connotation of food thickening in ancient times

MA Jianying¹, JI Juanjuan²

(1. School of Tourism and Culinary Science, Yangzhou, Jiangsu 225127, China;

2. Jiangsu Vocational College of Tourism, Yangzhou, Jiangsu 225127, China)

Abstract: Tracing back to Zhou Dynasty, cooks used *Viola verecunda* A. Gray, *Viola moupinensis*, white elm, elm and rice syrup as raw materials to thicken and lubricate the dishes. Malva vegetables was especially valued by the people in Zhou Dynasty. Since Ming Dynasty, the malva, such as *Brasenia schreberi* J. F. Gme, *Chrysalidocarpus lutescens* H. Wendl, and *Basella alba* L became the raw materials for food thickening agents. The ancestors thickened and lubricated the foods in order to meet either the health needs as ‘lubricating and raising the orifices’ or the stronger taste for the elders.

Key words: dietetic culture; malva; lubrication; thickening with starch

(责任编辑: 王芙蓉)