

# “随州四宝”——炎帝故里里的馈赠

## 阅读提要

一方水土孕育一方瑰宝。《晏子春秋》有云:“橘生淮南则为橘,橘生于淮北则为枳。”独特的地理环境、气候特征,形成独特的人文风情、饮食习惯,汇聚成厚重的地方文化,代代传承。随州位于淮河流域与长江流域交汇、南北交融地带,人文始祖炎帝神农氏在此撒下了农

耕文明的种子,形成了独具特色的“随州味道”和令人念念不忘的“随州记忆”。香菇、香菇、油茶、泡泡青、拐子饭、黑蒜、葛粉、银条、胭脂红鲜桃、洪山鸡等特色美食深入人心,形成了一系列精品名牌。其中,吃出智慧的香菇、吃出韵律的泡泡青、吃出力量的拐子饭、吃出浪漫的“巧克力蒜”被誉为“随州四宝”,是来自“炎帝故里”的馈赠,是蕴含着乡情与梦想、凝聚着智慧与力量的随州好物代表。本报特推出“随州四宝”专题报道,从历史传承、形态特点、制作工艺、营养口味、社会口碑、产业发展等方面,分别阐释随州香菇、泡泡青、拐子饭、黑蒜“四宝”的独特性和好味道,以飨读者。

## 吃出智慧的香菇

世界香菇看中国,优质好菇在随州。随州是闻名遐迩的“中国香菇之乡”“中国菇乡”,所产香菇品质上乘、口感醇香、营养丰富,备受海内外消费者青睐。天地人和 种出独特好品质好山好水出好菇。随州香菇得天独厚,得天独厚的灵、得人之灵、得政之灵,历经40余年发展,香菇产业成为随州最富民的产业,外向度最高的产业,最稳定持续的产业。目前,随州是全国最大的香菇种植和加工出口基地,共有香菇企业185家,年产干香菇6万多吨,其中精品白菇占全国的50%,随州香菇畅销60多个国家和地区,年出口创汇6亿多美元,产业链价值已超过300亿元。随州是中国特产农产品(香菇)优势区、国家现代农业示范园区(香菇)、首批国家级外贸转型升级出口食用菌产业园、出口食用菌质量安全示范区。“随州香菇”是中国农产品地理标志产品,品牌价值评估达16.88亿元,影响力指数位居全国100个农产品品牌价值品牌第12位,居食用菌之首。精深加工 菇香远飘海内外随州围绕推进香菇产业高质量发展,加强现代化香菇种植基地建设,积极推进香菇产品精深开发,支持香菇企业拓展国内外市场,打造全省特色增长极。品牌现代、原木童农业、裕国菇业、山之珍品等一批香菇加工企业,把握国内外市场需求,研发出香菇酱、香菇浓缩汁、香菇调料、香菇风味食品等市场前景广阔的系列深加工产品,品牌现代“菇的精灵”香菇酱,选用随州优质香菇为主要原料,秘法精制,产品香而不腻、辣而不燥,是不可多得的佐餐食品,裕国菇业是行业内首家农业产业化国家重点龙头企业,与无限极、周黑鸭、老干妈等知名企业合作,开发出香菇口服液、香菇酱、香菇饼干等系列产品,深受市场青睐。近日,中央广播电视总台发起“品牌强国工程”2021年助力湖北公益直播带货活动,4月6日,薇娅带货随州香菇,3秒2.7万份售罄;4月7日,“小宋配琦”5秒卖出4.85万份香菇酱,网友“号”说:“简直不要太火爆,真应了那句,随州香菇香飘万里。”

## 吃出韵律的泡泡青

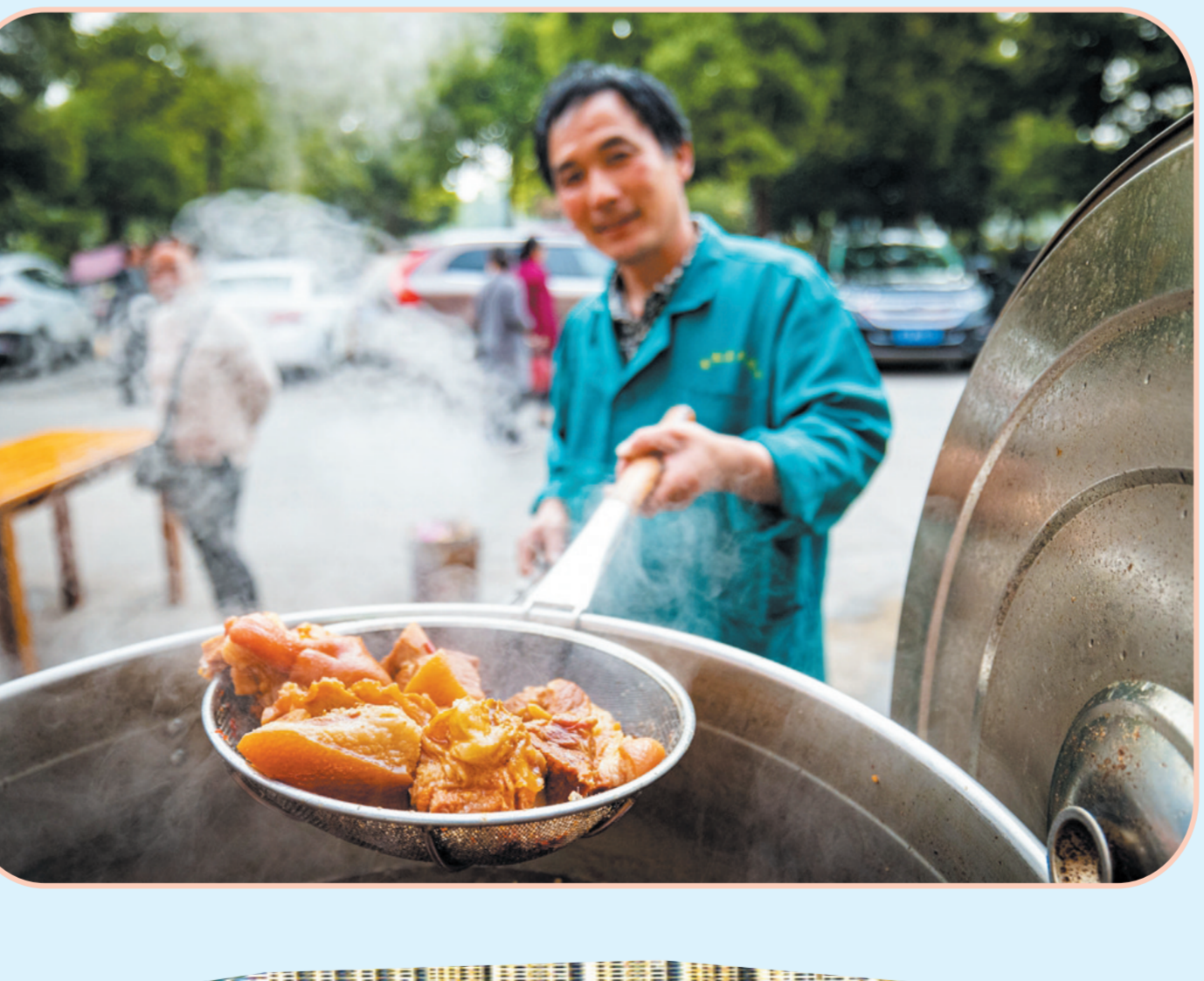
泡泡青,学名皱叶黑白菜,是随州特有蔬菜栽培品种,素有冬季“蔬菜之王”的美誉。泡泡青的叶面上长着密密的泡泡,当地人因而叫它“泡泡青”,“随州泡泡青”为国家地理标志保护产品和国家农产品地理标志产品,获得国家地理标志商标。泡泡青是古老的蔬菜栽培品种。相传五千年前神农氏在遍寻百草途中,有一次因饥寒交迫倒在随州安陆镇安南山的雪地里,胤后在身旁发现一颗嫩青菜嫩绿可爱,扯来咀嚼清脆甜汁,咽下顿感神清气爽,极具药物疗效,于是折断树枝割下十几根带回随州历山栽植。在有了文字之后,人们便根据口传将泡泡青录入《神农本草经》。大多数专家学者认为,“随州泡泡青”是当地人们长期栽培驯化与选择的结果,逐渐演化出现在的品种状态。至于何时稳定成型,现无从考证。但历史资料中与随州泡泡青类似的蔬菜记录较多。如西晋嵇康所著《南方草木状》中写道:“至曲方有菘,彼人谓之菘菜。”小白菜在古代称菘,多种资料说明,原始的菘向北至长江流域演化形成了小白菜、乌塌菜和红菜薹三个变种,“随州泡泡青”是由小白菜亚种的变异逐步进化而来,形成了乌塌菜变种——“随州泡泡青”这一独特蔬菜品种。

## 吃出力量的拐子饭

人间烟火气,最抚凡人心。在闻名遐迩的厨祖故里,詹王之乡——随州广水市马坪镇,全镇3.7万人中就有4000多名厨师。一代代厨祖后人将詹王流传下来的美食不断发扬光大,孕育出了南北吃货们喜爱的美食拐子饭。厨祖詹王传美食马坪是厨祖詹王故里。詹王本名陈志龙,出生于南北朝时期。据记载,陈志龙性情山水,常奔走于永阳县(今广水市)中华山,好狩猎,烹野味,人称“詹祖”,自号浪漫翁。传其曾为隋文帝杨坚御厨,制作的菜肴“金鸡报晓”令隋文帝悟出治国安邦之道,他还将野山鸡煮熟后磨成粉制成调味料,是鸡精调味的先驱,被御封为“詹王”。詹王拥有精湛的厨艺和仁爱的情怀,被中华烹饪界尊为厨祖。拐子饭正是厨祖詹王发明的一道传统美食。相传,中华山地势险峻、溪流众多、山高林密,动植物资源十分丰富,是非常好的狩猎场。野猪是十分常见的猎物,其力量惊人。詹王在狩猎中发现,野猪的右后腿掌管着方向和驱动,肉质尤其紧实。为了烹饪好这块特殊的食材,他遍寻山中天然药材,将它们一起放在土罐里,用慢火熬煮十余个小时,烹制好的野猪脚口感醇厚而自然,和以“随州香稻”,肉质软糯不腻,米饭饭香劲道,唇齿留香,回味无穷。在明清时期,马坪作为古道商埠,航运发达,码头兴盛,商贾云集。在码头从事拉纤、搬运的工人大清早就出来劳作,体力消耗非常大。拐子饭就成为工人们最喜爱的食物。一碗拐子饭,幸福生活天天有。“拐子饭的美味逐渐俘获了越来越多人的味蕾。每天早晨或中午,吃上一碗拐子饭,有的人还会配上二两随州特产的黄酒,浑身充满力量,也得到精神上的满足。每一碗拐子饭中,盛满的是人们对人间烟火、寻常幸福的一种追求。“鱼与熊掌可兼得”人们常说,鱼与熊掌不可兼得,但拐子饭却实现了“鱼与熊掌可兼得”:猪的右后腿掌管着方向和驱动,兼具智慧和力量。拐子饭的奇妙之处在于“猪脚”。卤制猪脚的配料和制作工艺都十分讲究。厨师傅将精选的猪脚剔除猪毛、分成小块、焯去血水、开水复沸、清水冲洗,每道工序都不敢马虎。最关键的是卤制环节,第一步是炒糖色,厨师傅用白糖、酱油等在锅中反复翻炒至浓稠,迅速将猪脚倒入其中炒至上色;第二步是慢煮,将上色后的猪脚与精心挑选的20余种天然中草药料一起放入高压锅压制,1个半小时,紧接着将卤煮入味的猪脚转入小锅用文火继续炖煮,再次调味,历经10多个小时烹制,拐子香气扑鼻,软糯脱骨,才算完成制作。夜煮过程中,“老卤”十分关键,“老卤”吸收了每一次卤制后存留的老汤精华,根据需要进行加量新的卤料,保持口味纯正。猪脚含有丰富的胶原蛋白、维生素A、B、C及钙、磷、铁等营养物质。营养师介绍,猪脚经过卤制,其富含蛋白质水解所产生的肽氨酸、精氨酸等11种氨基酸含量均与熊掌不相上下。因此,从营养价值上来讲,猪脚并不亚于熊掌。在民间流传着许多关于拐子饭的民谣,如“何必觅熊掌,猪脚味更香。烹卤皆随意,不羡唐明皇。”

独特原料——吉阳大蒜随州黑蒜的主要原料为产自广水市的吉阳大蒜,2011年获批国家地理标志保护产品。优质的原料为黑蒜的上乘品质奠定了基础。吉阳大蒜有着悠久的历史,原产地位于广水市境内的吉阳山脉一带。这里地处南北气候过渡带,兼南北之所长,气候温和,四季分明,雨量适中,光照充足,土壤气候条件适宜大蒜生长发育,生产的“吉阳”蒜粒具有个大、色白、皮薄、味醇、脆辣等特点。独特的口味之中蕴含的是特殊的营养成分,大蒜多糖含量高,粗纤维含量较低。吉阳大蒜在富含维他命、氨基酸、蛋白质、大蒜素和碳水化合物,具有较高的营养价值。独特的品质,让吉阳大蒜盛名在外,深受国内外消费者的喜爱。独特工艺——“神奇”发酵在农业产业化省级重点龙头企业湖北

望而却步,黑蒜实现了营养与口感的双重提升。不仅让人吃蒜不觉辣,多了一份浪漫,且减少了生蒜刺激性,提升了保健功能,多了一份护佑健康的贴心。大蒜经过发酵,改变的不仅是颜色,其内含营养成分也发生了变化,经实验室检测分析,黑蒜内含有大量蒜氨酸、蒜酶和非常丰富的蛋白质、维生素B,更重要的是含有多种人类必需的氨基酸,堪称健康的“保护神”,它可以作为养生零食,老少咸宜;也可以炒菜煲汤,搭配香菇等烹制出一盘盘美味佳肴。在国外,黑蒜也是招待贵宾的珍贵美味。2012年2月14日西方情人节,美国总统奥巴马请华裔名厨烹饪,烹饪黑蒜阿拉斯加鲑鱼,宴请习近平主席。在日本和韩国,黑蒜与人参、虫草并称为植物养生“三宝”,民众认为“食人参不如食黑蒜”。白蒜变黑蒜,身价翻几番。一般大蒜的价格每公斤几块钱,万和食品“万禾山”品牌黑蒜目前每箱每斤100元,每斤每斤22美元。产品在当年销往马来西亚、新加坡、中国香港以及国内大型批发市场等。2018年,该公司因黑蒜产品经营突出,被湖北省经信厅授予“隐形冠军”。如今,万和食品致力于产品研发,把黑蒜加工成黑蒜酱、黑蒜汁等,提升产品附加值,同时大力推广大蒜种植,让黑蒜成为拉动农民致富、提升大众生活品质的富民粮、健康蒜、幸福蒜。



本版图文 / 随议