

代健康理念于一器，色、香、味、形、意、养、器俱全。用母鸡和猪蹄寓意吉祥，团圆，龙凤呈祥。为何要用鸡，除了鸡味鲜美而外，甲骨文中“祭”字为双手执鸡放在樽俎之内，是为祭，而紫阳在除夕吃团圆饭之前必放鞭炮，为逝去的祖先放上一双筷子，先祭祖。

在远古，猪即是龙。相传龙与猪皆居水中，《管子·水地》：“龙生于水，被五色而游，故神”。《左传·昭公九年》，“龙，水物也！”今内蒙古红山文化遗存中就发现有猪头龙身玉雕。将猪蹄（须是前腿）放置整鸡下，亦有《易经》中乾卦呈“潜龙在渊”的意蕴。放莲藕寓意年年有余，鸡蛋饺包成金鱼或元宝状，不仅给蒸盆子汤提鲜味，亦有吉庆有余、招财进宝之意。

做蒸盆子主要突出一个“蒸”字，先用武火（竹片柴禾最好）后文火，耗时约4-8小时方可。蒸时食物不用余水，全靠蒸馏水汽浸润食物。总之，紫阳的蒸盆子蕴含了紫阳人太多的期冀和美好的祝愿。

过年吃蒸盆子主要是紫阳的汉水流域，六八道河、任河流域则是腊猪蹄子炖干四季豆、干洋芋果果、干菜苔、干笋以及香菇黄花木耳等，口味重且汤少。因山高水长，当地山民更显淳朴厚道，肥肉切得厚，猪蹄剁得大，让你吃得撑饱（很饱）。任河古属巴国，东晋常璩的《华阳国志》说“巴人尚滋味，好辛香”，其来有自，现在亦然。

近几十年来，特别是商业化大潮的冲击，一些饭店食肆为图省事及节约成本将原本是整只鸡化整为零，把母鸡剁成块状，这便失去了蒸盆子作为年夜饭团圆祭祖的文化涵义。更有图快者，将猪蹄快速油炸上色、用锯子切成段，而不是用火钎烧红烙皮、用刀剁段，快则快矣则不入味，蹄子熟后用筷子一夹则骨肉分离，失去“啃”猪蹄咀嚼的快感。虽说“文无定法”，食无定法，但所谓的地道正宗仍是美食的灵魂，就像散文“形散神不散”，主题不能变。紫阳虽分汉江、任河、六八道河饮食区域，但万变不离其宗，虽

有加胡萝卜、莴笋以提色、增鲜味，但不能过于冲淡主体。

汉王城爱加墨鱼丝以提汤的鲜味，有如广东人煲汤加瑶柱，可以理解为此地原为江南移民聚集地。有的在汤里加了香菇及红薯丸子、红枣等，这就不妥。香菇味霸道，它会破坏清蒸美食鲜醇的味道，红薯、红枣味太甜，不当，茺荑（香菜）我认为只适合放在牛羊肉里，不宜放在温性的鸡、猪肉内，它的味道也会破坏蒸盆子的鲜醇。至于有的人在汤里放上鸡精、味精、浓汤宝、小磨香油等调味品，就更不可取。

味精自日本人池田菊苗发明后，日本料理及欧美都鲜有使用添加，反而在东南亚与中国大行其道。现代研究表明，鸡肉加入盐炖煮以后，本身就会释放出谷氨酸钠，也就是天然的味之素，因此它不必再加什么调料便已鲜香无比。味精可能只有中国人最爱吃，我个人则是味精的反对者。现在美国的中餐馆门口都贴有“NO MSG！”（不加味精）标签以招徕顾客。老一辈的厨师吊高汤是用老母鸡，猪排骨等熬制，古语所谓“调和鼎鼐”“大味至淡”是也。

紫阳蒸盆子的汤须是清醇鲜香的，切不可浑浊，更不可见香料等调和物，正确的做法是将葱扎成花结，所需调料用纱布包裹，待出笼时取出。有的蒸盆子在出笼时加上细末的蒜苗或葱花，这都是不对的。正宗的做法是将蒜苗切成羊耳状，蒜苗一入汤，味就更加鲜美。且翠绿的颜色更添美食的亮色。紫阳食界有说法：“死葱活蒜”。

当然，食界有如江湖，做美食的不见得都在酒楼食肆，紫阳有很多人，为让老伴和儿孙们吃的可口，他们历经几十年摸索实践，食不厌精，脍不厌细，那菜做得可真是绝佳，但他们却从不显山露水。不是有句话说得好吗——“吃遍天下，还是回家！”

作者简介

程楚安 紫阳县人大常委会干部