

中华文明从来不用单一文化代替多元文化,而是由多元文化汇聚成共同文化,化解冲突,凝聚共识。中华文化认同超越地域乡土、血缘世系、宗教信仰等,把内部差异极大的广土巨族整合成多元一体的中华民族。越包容,就越是得到认同和维护,就越会绵延不断。

——摘自习近平总书记在文化传承发展座谈会上的讲话(2023年6月2日)

# 看传统技艺·听融合故事



蔬菜汁莜面“中华龙”。



蔬菜汁莜面“事事如意”。



蔬菜汁莜面“孔雀开屏”。



莜面饨饨。

## 【见证】 筷尖上的文化融合

□王宗

筷子是中国人日常生活中最常见的物品之一,历史悠久,往前追溯,它凝聚了中华民族多元与融合的发展历程。

筷子的原型,在20世纪90年代的一次考古中被发现。1993年4月5日,南京博物院考古研究所会同扬州市博物馆、盐城市博物馆及高邮市文管会组织了一支考古队,在高邮龙虬庄新石器时代遗址进行了一系列发掘工作。该遗址被评为“1993年全国十大考古新发现”之一,考古人员在这里发掘出土了42根骨棍,也就是骨箸,即中国最早的筷子原型。

高邮龙虬庄遗址发掘之后,更多的考古发现表明,筷子在古代首先是烹饪工具,且用途甚广。根据考古和文献记载,勺子才是最早用于进食的主要工具,即文献中的“匕”或“匙”。

吃熟食是人类文明的进步特征,中国人“尚熟食”的传统直接导致筷子的产生。战国晚期,筷子完成了从烹饪工具到进食工具的转换。

从历史演进的层面看,筷子注定是中华民族饮食融合和饮食文化多元架构的产物。

从汉代到唐代,勺子虽然仍然作为主要的餐具,但是,由于小麦由粮食改为粉食,筷子便成为食用面条、饺子等尤其是饭菜一体的面食的首选工具。炒这种烹饪方式的发明,更加拓展了筷子的使用范围。

自唐宋始,中国水稻种植的推广促使人们的主食发生了改变,烹饪技术的飞跃发展特别是炒菜的普及,饮茶伴随茶点的风尚,以及合食制的出现,都使筷子原来“筋”(辅助)的位置有了质的提升。

尤其是北宋和南宋政权的更迭,推动了中国饮食朝着多样化的趋势发展。不仅像水稻这样的南方作物在北方地区种植,而且在唐代努力的基础上,小麦等北方作物继续被推广到南方,得以更为广泛的种植。其中部分原因是为了满足跟随着宋朝南迁的北方人的需求。他们的饮食习惯也影响了南方居民:从那以后,甚至更早,小麦面粉的食品如面条、馄饨,也成为南方人的日常主食,即使大多数时候只是被当作早餐和点心。

由此可知,饭食如此丰富,食客如此众多,加上杭州地处江南,制作水饺、竹筷十分容易,势必会出现像孟元老在《东京梦华录》中描述的就餐景象:“旧只用匙,今皆用箸也。”

元朝建立之后,各种饮食传统继续保持着相互碰撞融合的趋势。著名的《饮膳正要》一书,是中国饮食史上内容十分丰富的养生医疗食谱。以饺子而言,周密说南宋有“诸色角儿”,而这一种呼在元代更为流行。《饮膳正要》中列有水晶角儿、撒列角儿、时萝角儿,并提供了颇为明确的食谱。这些“角儿”用羊肉做馅儿,显然反映了蒙古族的风俗,已经与今天人们包的饺子十分类似了。人们吃饺子一般用筷子,所以元代筷子的用途,亦有扩展。更重要的是涮羊肉向中原地区的传播,使得用筷子变得更为重要。这道起源于蒙古族的美食,很受其他民族的青睐,尤其是北方居民。

“夫礼之初,始诸饮食”。一方面,正确使用筷子反映出一个人的教养;另一方面,分享食物、一起吃饭又是改善和维系人际关系的有效途径,共用餐具甚至成为表达友情和爱情的特殊方式。于是乎,筷子又成了一种象征,潜移默化地融入了中华民族的基因中。

筷子成双,长久以来是中华各民族作为新婚夫妇互赠以及亲朋馈赠的信物和礼物。中国古代还有用筷子占卜的记载,拿筷子的方式、举起筷子、掉落筷子、折断筷子都有一定的预兆和含义。不同质地的筷子寓意也不同:象牙是奢华的代表;金箸在历史上常由皇帝用来赏赐忠诚得力的大臣,也是皇室礼物和祭祀用品;从实用角度看,银箸更受大众欢迎;玉箸精致易碎,在中国古代常用来作为事业成功和生活富有的象征,唐代诗人还用它们来比喻眼泪,表达相思、愁怨等情绪;竹筷则是朴素生活的代表。

筷子在日语中的发音与桥的发音一样,确实,筷子自古就起到了连接各民族饮食文化的作用,相信以后,筷子还会继续发挥着多元架构的功能。

## 阴山南北 朝夕常食

莜面由莜麦加工制作而成。《绥远通志稿》记载:“莜麦,一作油麦,即燕麦也,早瘠之地亦宜播种,山前、山后各县均广种之。”这里的“山”指阴山。

阴山前后日照时间长、昼夜温差大,符合莜麦喜寒凉、耐干旱的特性,故莜麦有“开花铃铃多,霜打更结颗”的说法。魏晋南北朝时期,阴山地区的农民已开始种植莜麦。相传,清朝康熙皇帝亲征噶尔丹时,在归化城吃过莜面后赞不绝口。

莜面既是独具边塞风味的传统

小吃,也是当地各族人民的主要食物,民间自古传颂“阴山莜面甲天下”。明代史学家杨慎在《丹铅总录》中提到莜面:“阴山南北皆有之,土人以为朝夕常食。”

而位于阴山北麓、俗称后山的武川县所产的莜面,是阴山莜面中的极品。无论是在塞外青城呼和浩特,还是在首都北京,甚至在上海,只要是经营莜面风味的饭店,大多喜欢打“武川莜面”的招牌。

在武川县,几乎家家户户都会做莜面,而且勤劳的人们还研究出

蒸、炸、煮、烙、炒等40多种莜面制作方法。其中,最为常见的有捏鱼、推窝窝、搓卷卷、卷饨饨、包饺子、压恰恰等。在当地,有许多掌握制作莜面传统技艺的巧妇,莜面在她们的手里或搓、或推、或擀、或卷,花样翻新,出锅出笼后散发出独特的莜面清香,闻之让人胃口大开。

而且,莜面是一种高热量食品,饱腹感强且营养价值非常高,含有较多的亚油酸,具有降低胆固醇、保护心脑血管的功效,是“三高”人群的理想主食。

## 做法多样 筋道好吃

莜麦生长在高寒地区,性凉,因此加工制作过程中需要“三熟”,“一熟”是磨莜面前要磨去壳后的莜麦炒熟,“二熟”是和面时要用沸水



莜面鱼鱼。

把莜面煮熟,“三熟”是要用箅屉把莜面蒸熟,只有这“三熟”到位,莜面才好吃上口。

和莜面时,还要做到“三光”,即面光、盆光、手光。这就需要讲究配水比例和揉面动作,只有这些方面掌握好了,才能轻松实现“三光”,做出来的莜面也就筋道好吃。

用莜面制作的食物除了常见的鱼鱼、窝窝、卷卷、饨饨、恰恰等,还有玻璃饺子、插花片片、山药馓子、螺丝卷卷以及凉拌莜面、素炒莜面、炒块垒、回勺莜面、煮馓子、拿糕等多种花样。

食用时,莜面蘸着热汤和凉汤是两种最为流行的吃法。热汤一般用肉、山药等炖炖而成,冬天较多食用;相比之下,凉汤的用料很多,夏季蔬菜成熟,水萝卜、黄瓜、西红柿、香菜、生菜等用植物油、盐、鸡精、酱

油、花椒加水调拌均匀即可。不论热汤、凉汤,吃的人都可按照自己的口味,或多或少醋,或多或少辣椒,自行调制。

见到武川莜面自治区级非遗传承人贾银凤时,正值晌午,她正把莜面放在盆里,准备做莜面鱼鱼。

只见贾银凤把滚烫的开水浇在莜面里,用筷子搅拌后,用力揉面,很快,莜面就变得光滑了。她把莜面揉成长条状,又揪成一个个小面团,然后左手4个小面团,右手5个小面团,同时相向搓。随着贾银凤的手掌在案板上滚动翻飞,面团变成了一根根细溜溜的莜面长鱼鱼,不断从手掌心窜出,但是怎么都滚不断。当做好的一笼莜面上锅蒸熟后,莜面鱼鱼变得晶莹剔透,浓郁的香味随着蒸汽氤氲散开……蘸着热汤吃一口,顿觉唇齿留香。

## “百变莜面” 走向全国

贾银凤今年55岁,是土生土长的武川县人。2015年,她成为武川莜面呼和浩特市市级非遗传承人;2019年,又成为武川莜面自治区级非遗传承人。

贾银凤从小看奶奶和母亲制作莜面,感到好奇,就慢慢开始学习,到八九岁时已经熟练掌握了这门手艺。20岁那年,她来到武川县城生活,先后在多家大型饭店当案师傅。

“不管在哪个饭店工作,每隔一段时间,厨师长就会要求案师傅创新面食花样。作为案师傅,这个任务当然由我来负责。”贾银凤说。

实践结合创新,心灵手巧的贾银凤苦思冥想,看到一朵花,就把莜

面制作成花的样子;想到一条鱼,就把莜面制作成鱼的样子……“我心里想个啥样就捏个啥样,我们的莜面就是个‘百变’莜面。”贾银凤说。

这段经历锻炼了贾银凤,为她日后很好地传承、创新武川莜面这项非遗技艺打下了基础。

成为武川莜面非遗传承人的几年里,贾银凤不仅在莜面的品种上创新花样,还在莜面的色泽变化上下功夫。她用蔬菜汁和面,白色的莜面变成了五颜六色,而且味道也因蔬菜汁的不同而不同,让莜面有了多样口感。

“这些年来,我去过北京、上海、广州、重庆等地宣传、推广过武川莜面,当地人看到造型各异、色泽艳丽

的莜面后,都会被吸引过来,说‘这么好看,尝尝看’。他们尝完后,都说好吃。”贾银凤说,现在,她可以制作100多种莜面产品,用莜面捏的鱿鱼、蜗牛、兔子、四喜饺子、烧麦、寒燕、玫瑰花等,样样栩栩如生,让人垂涎欲滴。

近年来,不断求新的贾银凤又推出了观赏性莜面,这种莜面尽管只能看不能吃,但是可以保存,便于长时间展览和观赏。

现在,武川莜面有各级非遗传承人20多人,他们都在用各自的方式宣传推广着武川莜面。2016年,“武川莜面”获批国家地理标志保护产品,也成为武川县的公共区域品牌,武川莜面产业发展步入快车道。

# 一笼莜面出塞外 百变花样显情怀

□文图 本报记者 高瑞锋

## 【一言】

### 小莜面 大产业

□苏永生

三十里的莜面四十里的糕。作为一种传统食品,莜面承载了一代又一代人的乡愁和记忆,成为伴随他们成长、生活不可或缺的内容。

无论是把莜面简单加工成鱼鱼、恰恰等日常食品,还是精细加工成具有观赏性的艺术品,莜面独特的品质和功效都不会改变,它不仅是普通人的日常食品,还成为高血压患者的健康食品。

从家庭食用莜面到莜面饭馆,从食用精细的莜面粉制品到食用莜麦片等粗粮制品;从城镇单纯经营的莜面饭店到莜面种植、收割、加工的全流程乡村体验……随着经济不断发展,人们对莜面的认知也不断丰富,莜面这一小众产品也逐渐走出了山区农田,走进了城镇的饭店、食堂,走进更多的家庭,成为他们餐桌上的佳品,莜面文化体验也逐渐成为一种时尚。

莜面不仅仅是一种食品,更是一种文化。素不相识的人,因为对莜面共同的喜爱,很可能拉近成为朋友。从同一地区走出去,生活在不同地域的人,可能因为长期以来的莜面情结,而找到共同的语言和话题。

内蒙古莜麦种植历史悠久,莜面品质优良,是不可多得的绿色食品,有关莜面的历史、故事、歌谣等丰富多彩。一方面,我们要抓住建设国家重要农畜产品生产基地的契机,通过现代科技提高莜麦品种质量、扩大莜麦种植规模,开发莜麦的高附加值产品,形成莜麦产业链,不断满足广大人民群众的生活需求;另一方面,要从保护和弘扬传统文化、建设文化强县的高度,将莜麦种植的地理环境、气候条件、收割加工、莜面食品制作等与当地的乡土人情、饮食文化、民歌等结合,挖掘莜面背后蕴含的深层次内涵,把莜麦种植、莜面食品加工与旅游文化相结合,不断扩大莜面产业、开拓莜面市场。同时,还要加大莜面制作这一非遗文化的传承保护,充分发挥非遗传承人的积极作用,利用现代网络技术不断扩大莜面制作非遗技艺的知名度和影响力,让小莜面乘着文化的东风,更好地走向世界。



吃上一口凉汤莜面美滋滋。



莜面块垒。