



庄稼会上的毛驴汤锅

● 李丽珠



毛驴汤锅 王军 / 摄

农历二月十五,邀约三朋四友,来逛一年一度的洱源三营庄稼会。

庄稼会是洱源三营地区盛大的乡村贸易集市,又是当地的本主庙会。每年农历二月十五,万物刚刚复苏,一年一度的集会便如期而至。庄稼会不仅是滇西地区盛大的农具交易会,最吸引游人的还是毛驴汤锅,这道传统美食令人大快朵颐,吃得不亦乐乎。

每到会期,四面八方的商贾如期而至,结棚为市,建起了临时商铺,买卖牲畜、药材农具,还有祭本主,唱乡戏,热闹非凡。在初春的阳光中,三五成群的庄稼人相邀来到会场,购买需要的农具和药材,更重要的是能吃上一碗喷香的毛驴汤锅,使整个身体都暖和起来。于是赶庄稼会,吃毛驴汤锅成了滇西北地区从未改变的传统习俗。

同行的民俗学者杨老师给我们介绍了庄稼会的传说。公元1253年,忽必烈跨革囊,渡金沙、灭掉大理国后,因浪穹县灵应山下的大坝子是接近吐蕃的军事要地,特意留部卒“三百户”在这里戍守,地名也就因此叫“三营”。元世祖为炫耀自己部队装备精良,在三营街上展示出各种各样的兵器。当地各种工匠艺人很不服气,便相互邀约,二月十五那天,在三营街上同时摆出各种各样的农具、工具来卖,这些农具、工具元世祖及其部下闻所未闻,见所未见,因而他感到十分惭愧,赶紧下令让部下收拾起兵器,并让蒙古族将士随意购买农具和工具,带回蒙古地区。他还购买了一批毛驴,屠宰后煮成毛驴汤锅宴请了那些工匠艺人,于是庄稼会就应运而生。又有一种说法是三营的本主爱吃毛驴汤锅,因而毛驴汤锅也就成了会期的主食。

找一家小馆坐下,要了几碗香喷喷的毛驴汤锅,一边吃得满头冒汗,一边向店主打探制作工艺。脚勤手快,面色红润的店主大妈笑呵呵地说:“看你们都是单位上的,也不会抢了我的饭碗,我就给你们说说”,便一五一十地给我们介绍起来。毛驴汤锅的制作工序非常讲究。先将毛驴宰杀好,去掉驴毛,冲洗干净,用火将驴蹄表面烧成微黄,燎去残留的余毛,然后用刀刮掉留在表层的黑皮和油渍,再用清水冲洗。一大腿毛驴瘦肉切成大块,再将毛驴的层肚(即毛肚)、大肚、蜂窝肚、肠子等内脏用澄清的石灰水浸泡,再揉搓翻洗,洗掉上面的污渍和滑腻物,用小刀刮去薄膜脏物,去除上面的杂油,把肺、肝、心等内脏用清水几道漂洗干净后,一起放到大锅里煮熟。煮的过程中掌握好水分和火候。煮熟的食材捞出后,切成条形或块状,配上原汁的毛驴汤,放入锅中继续炖。开锅后,用长把勺打去漂在上面的浮沫,直至汤色清透,再加入食盐、辣椒、草果、茴香、砂仁、姜、蒜等作料,继续用文火炖煮,炖至汤香醇肉酥烂。盛碗滤上麻油,撒上葱花、芫荽即可食用。炖煮好的毛驴汤锅,烂滑润、肉质嫩红、口感劲道、汤鲜纯厚、风味独特。

同行的张医生说,毛驴肉质细嫩,口感鲜美,营养丰富,广受人们的青睐。具有高蛋白、高氨基酸、低脂肪、低胆固醇的特点,对动脉硬化、冠心病、高血压有良好的保健作用。每100克驴肉中含蛋白质高达27克、脂肪13.5克,其中降血脂和胆固醇的亚麻油酸和亚油酸含量特别高,还含有多种维生素及微量元素,是保健、食疗的最佳选择。驴肉性味甘凉,含有动物胶、骨胶原和钙等成分,能为老人、儿童、体虚者和病后调养的人提供良好的营养补充,改善身体的循环,有助气血的运行。驴肉还含有钾、钠、磷、镁、铁、硒、维生素A等元素,碳水化合物及人体所需的多种氨基酸。中医认为,驴肉有补气养血、滋阴壮阳、安神去烦功效,主治积年劳损、久病之后的气血亏虚、食欲不振、心悸眼差、阴血不足、风眩肢挛、不寐多梦、功能性子宫出血和出血性紫癜等症。而驴肾性温,有益肾壮阳、强筋壮骨的功效,可以治疗腰膝酸软等症。毛驴皮内含有丰富的阿胶,这种物质是血肉有情之物,为滋补强剂,具有滋阴补血、调经养颜、化痰止咳等作用。体质虚弱、畏寒、易感冒的人,服阿胶后可以改善体质,增加抵抗力。

虽然,吃驴肉或毛驴汤锅也并非三营所独有,但是,在特定的时间,相约一种美食,这意义远不止于食物本身。而当它成为了一种仪式、一种民俗之后,正如二月十五的庄稼会一样成了古老的智慧在人们饮食上的完美体现。

久坐在办公室里的人,难得出来过一个愉快的节日。吃完毛驴汤锅,再到二月十五会上转了一圈,在张医生的指导下买了一点常用中草药,便沐浴着高原的阳光踏上归途。乘兴而来,尽兴而归。