

名家美文 同话豆腐

本版撷选的三篇文章，都是关于豆腐的历史和故事。他们用准确美妙的语言，追溯到豆腐的源头，或趣谈豆腐的往事，或追忆豆腐的特色，展示了中国豆腐浓郁的淮河风情。

《淮南王》与豆腐 姚尚书

汉乐府诗《淮南王》：“淮南王，自言尊，百尺高楼与天连。后园凿井银作床，金瓶素缟汲寒浆。汲寒浆，饮少年。少年窈窕何能贤，扬声悲歌音绝天。

我欲渡河河无梁，愿化黄鹄还故乡。还故乡，入故里。徘徊故乡，苦身不已。繁舞寄声无不泰，徘徊桑梓游天外。”

南朝鲍照也有一首仿汉乐府的《代淮南王》：“淮南王，好长生，服食炼气读仙经。琉璃药碗牙作盘，金鼎玉匕合神丹。合神丹，戏紫房。紫房彩女弄明珰，鸾歌凤舞断君肠。

朱城九门门九开，愿逐明月入君怀。入君怀，结君佩，怨君恨君恃君爱。筑城思坚剑思利，同盛同衰莫相弃。”

两首《淮南王》诗，吟咏同样一件事，就是淮南王炼丹。前一首诗，描写了淮南王刘安宫廷生活的奢华，以及炼制丹药，供自己以及宫廷宠幸享用的画面。淮南王升仙而去，宫廷宠幸渡河无梁，不得升仙而徘徊故乡，身苦不已的悲惨结局，读之令人动容。后一首诗与前诗结构相似，内容相同，只是调子迥异。同样是与宫廷宠幸服食丹药的场景，紫房彩女希望与淮南王相亲相守，不离不弃。多了几分亲昵，多了几分思念。

在淮南王诸多的贡献中，后世津津乐道的就是他的炼丹术。从文献记述可以得出这样的结论，凡是淮南王乐意做的事情，都有令人满意的结果。他不仅编著完成了他的“刘氏之书”——《淮南子》，可以比拟《吕览》传世。除此之外，他还完成《外书》甚众，言神仙黄白之术的《中篇》八卷二十余万言。让汉武帝刮目相看。为汉武帝写《离骚传》，也是一挥而就：“旦受诏，日食时上。”淮南王还可以轻松地给汉武帝献上《颂德》及《长安都国颂》，以至于与武帝经常宴见，谈说得失及方技赋颂，昏暮然后罢。淮南王喜好炼丹术，最终还是炼成了丹药，这就是豆腐。前诗的“汲寒浆”指的就是以大豆为原料炼制的丹药，即今天的豆腐。后诗“合神丹”指的也是炼制丹药而发明豆腐这件事。

追溯历史，我们看到的是淮南先哲刘安为求长生不老之药，招方士数千人，常聚八公山谈仙论道，凿井炼丹。白如凝脂的豆腐，便是他炼制的“丹”。后人困于道家烧金炼汞的“炼丹术”，并以此去揣测刘安炼丹的原料，自然就找不到刘安炼丹合理的答案。事实是，豆腐由刘安炼制而成，便成为宫廷专享的珍馐。刘安之后，豆腐制作技法逐渐在达官显贵中间流传，随后才逐步传入民间，再流传海外。



豆腐情缘 吴子长

说起豆腐，首先使我想起的不是它的好吃、营养和发明者的伟大，而是鲁迅小说《故乡》里那个像画图仪器里细脚伶仃的圆规的杨二嫂形象。这个以卖豆腐而出名的“豆腐西施”，除了说话刻薄，还是一个爱占小便宜的人。学这篇课文时的中学时代，正是我长身体急需营养的青年时代，而豆腐又是我自小向往的美味佳肴，在平常生活中，如果能有一盘豆腐吃，那将是非常惬意的。因此，每当我端着饭缸去食堂打饭时，都希望有一个“豆腐西施”能在卖菜的窗口，给我来一勺豆腐。可是，高中两年，我在学校食堂里没有吃过一次豆腐。

如今的菜市场上，豆腐可能算是最便宜的一种菜了，甚至比青菜萝卜还便宜得多，一块钱的豆腐能烧出一大盘子，而它只相当于几根葱的价格。可是，在那物质匮乏的年代，豆腐也是奢侈品，不是随随便便就能吃得上的，只有过年或家里来人的时候才能吃得上。

做豆腐虽然简单，几乎人人会做，但手艺不一样，产出率也不一样，同样一升豆子，不同的人做出的豆腐多少也会不一样。豆子拣干净，用温水泡了，一般要泡二十四小时，是不是泡好了，只要剥开豆子，看看两个豆瓣里面是不是都涨满了，都涨满了叫“满厢”了。只要“满厢”就行了，泡轻了泡过了都不行，都会影响豆腐的产出率。我们那里做豆腐用熟石膏点，石膏烧熟了，碾碎，用酒盅量，一般一升豆子一小酒盅石膏。石膏量好了，放到小钵子里兑上生豆浆，用专门的竹把子碾碎搅匀，涮得越碎越匀越好。等豆浆煮熟了，再和熟豆浆一起冲到大缸里，用锅盖闷几分钟，豆腐就做成了。我小时候最喜欢吃的就是刚做成

的豆腐花。揭开锅盖，一股热气冲天而起。等热气散了，弯腰从一大缸白花花的豆腐花里舀上一碗，撒上一点白糖，那是我终生也忘不掉的美食。

淮南豆腐 金好

唐朝时期，豆腐的制作技术传到日本。日本生产的豆腐至今还有“唐传豆腐淮南堂制”的商标。

两千多年来，淮南人民在豆腐的制作中磨砺出勤劳质朴的精神，在与豆腐日日为伴的生活中养育了淡泊淳朴的心灵。

两千多年后的今天，八公山豆腐因承载着丰厚的历史内容而享誉盛名，以八公山泉水和淮河流域优质大豆为原料，秉承传统工艺制作的豆腐，堪称一绝。

《中国名菜谱》把以八公山豆腐为原料制作的“飘汤”、“奶汤”、“鲜汤”称作“三绝”。而随着豆腐制作方法和烹饪方法的改进，八公山豆腐制品已达数十种之多，其烹饪方法也多达30余种，可制作菜肴数百种。

每年的金秋九月，中国豆腐文化节都要在淮南举行。节庆期间，八公山下，高朋满座，宾客云集，品

尝豆腐，观赏风光。

独具特色的豆腐宴则是节庆期间的大餐。豆腐在淮南厨师的钻研下，做出了百余种色香味俱全的菜肴，深得国内外嘉宾的喜爱。

有一道豆腐菜叫“凤凰汁”，这道豆腐菜相传是救了宋太祖赵匡胤命的。在赵匡胤还是后周大将的时候，与南唐军队在八公山上展开了一场战争，赵匡胤被围困在八公山中，身染疾病。眼看后周的营寨就要被攻破，女英雄刘金定率五千精兵及时赶到，杀进八公山，夺关斩将，火烧南唐战营，把南唐军队打败。面对昏迷不醒的赵匡胤，刘金定每天给他喝自己调制的蜜质豆腐汁，几日后，赵匡胤醒来，觉得百病消除，神清气爽，问是什么灵丹妙药救了他，刘金定的丈夫高琼回答说，是刘金定用了“凤凰汁”。于是，“凤凰汁”这道豆腐名

菜就一代代传了下来。

还有一道豆腐菜叫虎皮毛豆腐，相传是明朝开国皇帝朱元璋发明的。离八公山只有几十公里路程的凤阳，年少的朱元璋就生活在这里。由于家境贫寒，朱元璋当过放牛娃，父母病死以后，就投靠到寺庙里，做个小和尚，云游乞讨生活。有一次，乞讨来的豆腐长了白毛，还发出臭味。朱元璋舍不得扔掉，就把长了白毛的豆腐放到锅里烧煮。煮好的豆腐朱元璋一吃，感到香味异常，比平时吃的新鲜豆腐还要好吃，于是，以后朱元璋就有意把乞讨来的新鲜豆腐放上几天，等长了白毛、发出臭味才吃。吃法也变着花样，把白毛豆腐放到油锅里炸，使豆腐两面呈金黄色并有虎皮一样的斑纹，吃的时候，外酥里嫩，格外好吃。

刘安发明的豆腐真是造福着世世代代的淮南人民。

