

# 吃自助餐随想



## 麻辣食评

自助餐,是起源于西餐的一种就餐方式。厨师将烹制好的冷、热菜肴及点心陈列在餐厅的长条桌上,由客人自己随意取食,自我服务。这种就餐形式起源于公元八世纪至十一世纪北欧的“斯堪的纳维亚式餐前冷食”和“亨联早餐”。

现在出门开会或旅游,不仅早饭多是自助餐形式,就连午饭和晚饭这样的正餐也往往采用自助的形式。自助的确有许多好处:对顾客来说,用餐时不受任何约束,随心所欲,想吃什么菜就取什么菜,吃多少取多少;对酒店经营者来说,由于省去了顾客的桌前服务,自然就省去了许多劳力和人力,可减少服务生的使用,为企业降低了用人成本。

但自助坏也坏在这随心所欲,自取所需上。你想啊,要用最短的时间,选出既精致又适合自己的菜品,着实有些困难,毕竟大家并非专业营养师,在食物的选择和搭配上难免盲目和偏颇。选择了精致,到头来可能发现,它的口味并不适合自己;选择了家常,又觉得塞了一肚子无营养的东西,浪费了自助的美意。再说量的取舍,自助很容易导致“眼大肚皮小”,单品取样并不多,但由于所取品种较多,而导致最后数量往往超过了肠胃的承受能力。炒菜还是糕点、冷菜还是热菜、水果还是热饮、牛奶还是豆浆、热汤还是冰激凌?品种越多,越是觉得选择犹豫,如果每个品种都选一点,即便单量控制好了,你也会发现总量总是控制不好。自助而完全不浪费,这得多精准的自制啊。

说句实话,我不太喜欢吃自助餐,觉得自助真是一件很伤脑筋的事。不是吃得太杂导致肠胃功能紊乱,就是吃得心灰意冷,冷菜偏多,热菜也大多不温不火,吃完后从未感到那种热气腾腾的畅快;如果再吃得中西合璧,那么好了,再好的甜品也有可能当晚就在肚内大闹天宫。

有人说,吃自助餐,你得控制住欲望,且不说琳琅满目的菜品而导致选择困难,单说

那多少钱一人次的计费方式,也让你不得不努力吃回本钱吧。记得有一次几家人相约去吃自助火锅,一百元每人的标准,菜品的确很多,中西结合,牛排、海鲜、鸡尾酒和哈根达斯……当时感觉,进去单吃一块现煎牛排或是单吃一根哈根达斯,或是单喝一杯调制的鸡尾酒都是很值得的事。结果进去以后,儿子吃得最快,也最开心,他直接取了自己最爱吃的包子两个,喝了一碗稀粥,吃了一根煎牛排,就OK了,被大家好一番嫌弃。而我们东挑到西,南挑到北,吃得品种繁多,质地精良,每一样都要尝尝,从热吃到冷,又从冷吃到热,还喝了好几杯鸡尾酒。直吃得肚滚腰圆。这一下赚大发了,总该心满意足了吧?事实正好相反,吃完了一会儿就觉得索然无味,舌尖上已失去分辨美味的能力,肠胃也发出了严重抗议,疲惫很快蔓延到全身,觉得浑身不适,甚至还抱屈,都没有好好地品尝自己的最爱。

很惭愧,成人在欲望的控制上居然还不及一个孩子,孩子只取所需,只取最爱,而成人却在那里自作聪明,核算成本和性价比,不断地跟自己较劲,有没有吃回本钱,有没有最大限度吃到最贵最多的东西。看出差别来了吧,成人是去吃钱的,小孩才是去享受美食的。

自助最初的模样是释放天性,打破束缚的,可是人性的卑琐又让我们自己扎了笼子钻进去,挣扎沉浮,真是让人始料未及。

“你需要的其实没那么多”,这是我吃完自助餐最想对自己说的话,也是每天都想对自己重复一遍的话。

·赵洪香·

## 味道记忆

### 冬闲腌菜忙

·莫景春·

在南方,家家户户厨房里最少不了的就是腌坛子。乡下人很是看重酸坛,有说法称,凳子可以是断只脚的,桌子可以是缺角的,门板可以是漏个洞的,但腌坛子必须是完好无缺的,而且是讲究精美的,是陶瓷的,轻巧耐用,油上个锃光发亮的坛面,令人赏心悦目,每家少则二三只,多则五六只,在厨房里一字排开,煞是引人,揭开那坛盖,香气穿鼻而来,钻入鼻深处,触动了每个感觉细胞,让人垂涎三尺。

坛里腌的多是黄黄绿绿的瓜果蔬菜。春夏时节,地里的黄瓜长出来了,豆角长长的,遍地都是,这是农家日子最滋润的时候,感觉饿了,把饭煮好,便到地里随手一抓,洗干净,往热腾腾的锅里一放,不一会儿,就够美美地吃上一顿。一时半会吃不完的,去根去皮去掉烂的东西,再洗干净,丢进坛里,严严实实地盖上,坛的脖子灌满清水,等个七天八天,便可打开:黄的还是那样黄,青的还是那样青,色香味俱全,咬上一口,除了原先的味道还有坛里的盐味,更有一种说不清的酸味,放在嘴里,让人觉得说不出的舒服。农家人往往是多个心眼的。在冬天,万物衰灭,冷风劲吹,田野枯得连根枯草的影子都不见,甭说那些绿油油的菜了。园里虽然也种着些白菜,但总吃着,也觉得怪乏味,便无限的怀念起那瓜果丰盛的夏天,突然一瞧见躲在墙角的腌坛子,眼睛一亮,心情无比激动,将夏天就被腌在里面封好了的瓜果取出来,丰盛的摆上一桌,令全家人胃口大开,仿佛又回到了瓜黄豆绿的夏天。

农家的美好日子是这样被腌藏在坛子里,等到大家感到乏味的时候,再掏出来分享。腌菜必须选质量好的,比如说瓜果鲜亮,无虫,甚至有些斑点都去掉,然后反反复复洗干净,再用盐消毒一番,放到阴凉地方晾干,再小心摆放进去,撒上一层细细的盐和胡椒粉什么的。放好腌物以后,在坛口用纱布之类缠绕了四五圈,觉得密不透风了,再把盖子捂上,坛脖子上灌上清水。如此两道严密的程序,空气中的细菌是难以有空而入的,而且坛脖子上的水是三五天要换一次。若是腌得时间短的,那里面就要装着些米醋水,夏天在地里干活回来,顺手多带些豆、瓜、西红柿、辣椒,洗干净丢进坛里,过个五六天,若是哪一餐没来得及到地里摘菜,便随手翻开坛盖,夹出酸酸甜甜的西红柿、瓜等,便可以几碗饭给送下去。把它切成细片,拿来送酒,也未尝不是一道好菜。乡下人喝酒是不讲究什么菜,有这么几碟腌菜下酒,也算是很幸运的,邀来左邻右居,摆上三杯两盏,就兴致勃勃灌上几杯,感觉差不多了,抓个锄头或镰刀什么的,下地除草割地。这样水泡的腌菜,不管是老人还是小孩,都很喜欢。如今城里兴吃酸,多是由乡下人的水腌菜发展而来,腌菜能提神健胃,小孩更是对坛子充满了兴趣,有事没事地盯着坛子,趁着没个大人在家,便偷偷拿着大人准备在坛边的专用筷子,极快地,一揭一夹,夹出一根腌的酸豆角,跑出屋外,跟小伙伴们玩在一起,嚼着从坛里“偷”出的豆角,炫耀一番,逗得小伙伴们的口水直流,那可是小孩最得意的时候。

除了腌瓜果菜类,肉也可以入坛。不过,腌肉不是坛的初衷,在古代,那是富贵人家的专利,穷人家逢年过节能有一点肉打牙祭,那算是不错了。腌菜的日子是很悠久的,腌肉的日子是农家近年来才兴起的事情。近些年来,农家人腰间已有些胀鼓了,腌肉的日子也普遍兴盛了,把坛子刷干净,打上醋涂上盐,混些配菜,严严实实地封进坛子,那腌肉的味道跟一般的肉的味道确实不同,略带些酸,却没了原先的腻,瘦肉一般是不腌的,那肉会有些苦涩。由于腌肉有自己独特的风味,有些人宁可不吃新鲜的肉,反把肉腌了一段时间再拿出来吃,就如是一段美好的事情暂时存放在记忆里,待有空时再拿来细细咀嚼,那甜蜜的味儿可能比原先的要浓烈得多。

日子丰富滋润的时候,千万不要肆意地挥霍,要小心地把蔬菜瓜果腌藏起来,待乏味苦涩的时候,再拿出来细细品味、回忆,这也许是腌坛子给我们的提醒。

## 点评:

“不忘初心,方得始终。”人需要的东西其实并不多,无外乎衣食温饱,精神富足。但有的人在贪婪和欲望中不断地迷失,丢失了真正的快乐。无法在自助餐这种多项选择面前,保持孩子般的清醒和纯真,取自己的最爱。有的人一直在考量是否吃亏,而拼命地想捞一点便宜,结果把最昂贵的“吃的快乐”丢失了。生活中还有很多这样的例子,有的人为了追求所谓的成功,置健康、亲情、友情于不顾,甚至违背道德和法律的底线,酿成大祸,悔恨不已。诱惑,考验着我们每个人的情商和智慧。

主编 戚劲松  
编辑 张春华 龚克

官方微信 dzwbwx  
官方微博 dazhouxinwen

报料热线:2382258