



边看边聊

一个人外食很麻烦,尤其想进大馆子,所有人都瞪着我,有点活受罪。

上个星期我的外甥女和她的日本婆婆到台湾来玩,做舅舅的忍痛请他们上某五星级酒店的餐厅吃饭。一进门,看到有个老外孤

单单一人坐在门边的小圆桌旁,每个进去的人都不多望他几眼。半个多小时后,我发现老外已匆匆吃完买单走人了。

我想不是菜不好吃,而是吃饭时最被同情、被怀疑、被好奇、被难过。老李吃个饭,干你们什么事!

以前我出国也常遇到同样的问题,一个人吃饭既无聊又心里恐慌而少了许多吃的乐趣,于是想出个主意,都带本书和笔记本进去,边吃还边看边写,虽然明明写的是“本日开销检讨”,却总会让餐厅的人误以为我是什么卫生局官员或伟大的米其林之类的食评。一下子,无论服务员、其他食客,都改用尊敬的眼光看,那股飘飘然的得意,绝对可以百分百地掩饰掉我的寂寞、自卑和无聊。

不过有次在越南的胡志明市吃完饭后到旅馆竟大拉肚子,我怀疑那家餐厅刚被卫生局罚了款,拿来我出气?

那时我想到日式料理店的吧台文化,单身去吃

饭的坐吧台,既无和别人一桌的危机,也不会因一个人占了四人座的桌子惹

餐厅的嫌,更好的是能吧台后面的料理师傅聊聊天,这才叫解除孤独压力的轻松吃饭术呀。

吧台文化怎么发展出

一个人吃饭的吧台文化

张国立

来的呢?据说十九世纪末,英国维多利亚时代的工商业非常发达,火车站的餐厅根本无法应付火车抵站或开车前涌来的大批客人,有个工程师便想出利用吧台来待客的方法,在有限的空间内坐进最大容量的客人。

第一个吧台餐厅显然着眼于快餐的服务上,设立于伦敦的帕丁顿车站,如今这个车站每年的进出人次是两千五百万,当年虽没有这么多人,但车站外的餐厅也少,吃饭时必然也有一番盛况。

日本的吧台文化则来自路边摊,十八世纪末的江户时代才出现寿司,最初仅限于高级的料理屋,从海上捕到的鲔鱼用盐先腌起来,再包上稻草,快速运至东京,现切现供应,成了一种时尚。

不久新兴的商业使一般人也有变得富庶的可能,想自立门户的厨师便在路边摆起摊位,客人坐在摊前的长凳上,如同今天的面摊。因为能看着厨师捏饭团,吃寿司有参与做菜的感觉,吸引很多人,连大的餐厅也设置寿司吧。这时英式的吧台文

化也传到日本,厨师就扮演起酒保的角色,不但要负责点菜、捏饭团的工作,还得陪客人聊天。

坐进日式料理店的吧台,先来瓶啤酒,再点些小菜,先慢慢的吃,再点清酒或烧酒,对着料理长问说:

今天有什么鱼呀?料理长指指他面前橱窗内的鱼货回答:有刚送来的竹荚鱼,先把鱼肚剖碎了葱丁下酒,再捏两个握寿司如何?吃饭成了轻松的厨师和客人间的对谈,讨论的是该吃什么,一个人去吃饭也不会寂寞。

中式餐点最头痛的问题在于一个人吃不到什么,想吃烤鸭,一整只鸭太多了。想点条清蒸石斑,其他菜就别吃了。可是中式料理讲究大火快炒、细火慢炖,还真无法侍候“散客”。幸好有广式点心,也有鼎泰丰式的并桌,多少还不至于到一个人进餐厅会难过的地步。

最近“饭团”成了一种吃的趋势,几个好朋友商量好时间和攻击目标,一伙人一起去吃,解决掉难点菜的困扰。在上海的小乖就是“饭团”的拥护者,他平日工作忙,都靠公司旁的生煎包打发晚餐,不过每个月最后一个星期五,“饭团”就出动了,既可以和老朋友相聚,也能吃到好吃的。

意大利的餐厅没有吧台,却有前菜的文化,大多在餐厅入口摆出各式的腌渍前菜,例如用橄榄油和胡椒腌过的栉瓜、用鳀鱼搭配的茄子,摆成一长条,客人可以去挑,或者干脆来个综合的,搭上面包,一个人可以没有压力的吃上一餐。最重要的还是意大利好客,而且服务员几乎都有相当的年

N君曾经与我在一个单位共过事,那天,已经退休的N君约我碰头,一见面,话题自然问到退休后的生活过得如何,谁知N君头摇得像拨浪鼓,“唉,一言难尽啊!我三天两头跑家政公司,一年多时间已经换了18个保姆……”这着实让我吓了一跳。

N君家庭情况我还是熟悉的,子女都已移居国外,其夫人身体不是很好,N君本人也不善家务,找个保姆是必须的。然而,一年要换18个保姆,这也太离谱了!究竟是什么原因呢?篇幅有限,只能讲讲其中的几个了。

来自四川的保姆小王今年20多岁,干活很卖力,烧的饭菜也很合口味,东家很客气,家中就老夫老妻二个,因此吃饭时叫她一起就餐的。吃饭时,小王很讲礼貌,饭吃得很多,但菜吃得很少,N君忍不住往小王碗里夹了一筷子菜,这一下出事情了,女东家不开心了,好似醋坛子打翻,心想,依老头子不帮我挟菜也就罢了,帮人家小姑娘挟菜啥意思?不是有想法?夫妻俩闹得不可开交,最后在女东家的执意坚持下,把做了不到半个月的小王辞退了。听罢我忍不住插话:这个就是你不对了,叫小王多吃点菜尚可,但也用不着你去挟菜,怪不得阿嫂要吃醋。N君连连承认做得不妥,真是一筷子菜挟掉了一个好保姆啊。

远在贵州农村的保姆小李刚到上海,经过短期培训后应聘到了N君家。初来乍到,不习惯都市生

活,干好家务活也不出去转转,一有空就在自己房间里发呆。一天晚上,女东家有事敲门进入小李房间,里面一片漆黑,只见一个身影隐隐约约约坐在床沿,把患有心脏病的女东家吓得浑身发抖,问她为什么不关灯?小李的回答倒也实在:开灯浪费电,习惯了。尽管N君反复劝她,不要考虑节约的问题,

一年换了18个保姆

诸春初

但她还是我行我素,造成到了晚上有事没法叫,女东家吓得不敢叫,男东家不方便叫,时间一长,便成了一桩苦闷事。思来想去,试用期一过,就让小李卷铺走人了,N君无可奈何地说,总不至于在她房间里装只电铃叫唤吧!

N君汲取教训,在家政公司推荐后把以往遇到的一些问题逐一面试,挑了个比较满意的小沈领回了家。没几天新的烦恼又笼罩着东家,原来小沈喜欢打扮,爱美之心人皆有之,女孩子化妆打扮也是正常的。但N君讲的情况似乎过头了,把女东家的香水往自家身上洒得喷喷香,口红涂得血血红,衣服穿得少之又少,讲上去还不听,还振振有词地说:“这么小气,喷点香水就舍不得?穿得少一点、露一点现在流行的。”说到这里,N君问我这样的保姆还能用吗?苏北来的小翠喜欢网购,快递小哥几乎天天到访,工钱用光竟向东家预支;同

是苏北来的小芳到N家做工没几天,父母亲从老家来看望,N君夫妻俩蛮重情,好吃好住招待了三天。

不想家里成了饭店和宾馆,不是叔叔来看病,就是舅舅来出差,夫妻俩赶也不是,留也不是。阿嫂从事家政服务多年,照理说应该没问题,结果还是事与愿违,原来保姆也有群的,以籍贯划分比较多,阿嫂就是他们这个地方的头儿,一共十几个,有几个是她带出来的,隔三五天阿嫂要召集开会,因为N君家住的是别墅,会议地点就放在N君家。所谓会议,就是吃茶聊天,一坐就是老半天。

听着N君的细叙,好像换那么多保姆原因大都在保姆身上?我忍不住问了一句:“有没有保姆自己不做做的?”N君倒也坦率,讲起了小宗主动辞职的事情,小宗干活非常利索,既快又好,但女东家看她这么快有点不相信,小宗擦过的家具总要用手去摸一下,看看有没有灰尘。小宗洗过的菜,女东家不放心,总要重新用水冲一遍,如此这般几回一来,小宗感到这是对她不信任、不尊重,尽管N君再三挽留,然而小宗还是毅然选择离开。

听罢N君的18个保姆的故事,令人深思。东家与保姆的关系到底如何处理好呢?我想,要是相互之间多一些尊重、沟通、自律、理解、宽容,N君家的保姆会不会换得少一些,或者更少一些?!



松鼠葡萄



松鼠葡萄 (剪纸) 奚小琴作

这只母骆驼,竟不肯为它生下的幼驼喂奶。是的,它不愿,因为它不会呀。不只是它,许多母驼的第一次都是这样。

这时,马头琴来了,女歌手来了。两根琴弦就是两条小河,带着深情从草原上缓缓地流过来。

歌手一边抚摸着母驼,一边用悠长的歌调,唱响了悠远的回忆。

那是劝奶歌,那是母驼小时候听过的歌,母亲给它喂奶时耳边响

看视频“母驼喂乳”

蔡旭

起的歌。

听着听着,母驼的眼角,竟滴出了泪水。神奇的力量,音乐的力量,更是母爱的力量。母爱传承了,母爱苏醒了。于是,母驼亲近了亲生儿,幼驼仰起头,尝到了母

亲的甘露。喂乳成功了,母驼就会照顾自己的幼儿了。

一个庄重的仪式,一堂内蒙古牧民用琴声与歌声传承的课程,感动了骆驼,感动了牧民,感动了读者与观众,感动了联合国教科文组织,“世界非物质文化遗产”,就这样申报成功了。我对着视频,看了一遍又一遍。看见了远去的母亲,她带泪的眼眶,湿润了,我的眼眶。



杏林夜谈

复发性尿路感染,是指临床上一年内发作3次及以上或者半年内发作2次及以上的上尿路感染。对于广义上的尿路感染而言,导致尿路感染的病原微生物有多种,抗生素是治疗本病的基本药物,长期、低剂量抑菌疗法是西医治疗本病的基本方法。但是虽然各种新型抗生素不断问世,但本病的发病人数并未得到显著降低;另外,由于长期使用抗生

复发性尿路感染的饮食疗法

龚学忠

素会导致一些新的临床问题,因此,笔者认为应该联合中医中药治疗,减毒增效,患者反应良好。笔者认为除了中草药内服以外,日常采用食疗的办法,调

补正气、清化湿热,效果也不错,在这里就简单介绍几种食疗方。

一、白玉茶: 药物组成:白茅根100克、玉米须100克,均以新鲜者为佳。将上述两

种药材洗净,轻微沥干,加水1升,大火煮开后换小火再煮5分钟,滤去药渣,煎出液当茶,频饮。

功效:清热利湿、凉血止血。适用于复发性尿路感染患者急性发作期或者稳定期出现排尿不畅、滴沥灼热者,对一般血尿患者也有疗效。

二、枸杞米仁芡实粥: 药物组成:枸杞子50-100克、芡实50-100克、生米仁(薏苡仁)50-100克、粳米2两。上述药材洗净,轻微沥干,加水适量熬粥。

功效:补肾健脾、化湿强腰。复发性尿路感染患者时常出现腰酸乏力等肾虚症状,又有尿频尿急甚至夜尿频频的症状,采用上述药物熬粥辅助治疗,功能补肾健脾、有效缓解腰酸腰痛症状;同时生米仁长于利湿、又对多种细菌具有抑制作用,芡实长于补肾壮腰固摄。诸药联用,攻补兼施。

三、米仁乌骨鸡汤: 药物组成:生米仁(薏苡仁)50-100克、生山药50-100克、乌骨鸡半只(500克左右)。上述药材洗净,轻微沥干,加水适量煲汤。

功效:补益气血、健脾化湿。此汤适合复发性尿路感染患者患病日久,出现腰酸眼花、乏力气短等气血亏虚者。乌骨鸡补益气血,山药健脾补肾,生米仁长于利湿、又对多种细菌有抑制作用。诸药联用,相得益彰。可以加生姜去腥。(本文作者为上海市中医医院肾内科主任医师)

七夕会

爸爸给你打95分!

学棋半年多,孩子的进步飞快,对学棋兴致很浓,我也和他分享了成长的乐趣。家娃开始学会静下心来思考,不会着急去落子、吃子。他也懂得了一分耕耘一分收获,没有每天数小时的练棋,就很容易被别人超越。

随着小孩走入围棋的世界,新的烦恼随之而生,面临升学压力的家娃能不能每天投入大量时间去练习,在高级阶段我能否胜任孩子的最佳弈友?围棋的最大快乐,来自于竭尽全力之后战胜对手所带来的成就感。但棋如人生,人生没有永远的赢家。什么时候我家小儿子要使用“弃子”战术?我希望这个最终的决定由他慎重选择,成为他挑战自我、超越自我的人生历程中不会追悔的妙招。

