

凯里故事

凯里酸汤鱼：誉满神州的舌尖美味

○ 杨胜章



凯里酸汤鱼

凯里，享有“酸汤美食之都”的美誉。在这里，家家常备酸汤类菜肴，而凯里酸汤鱼就是其中翘楚。凯里酸汤鱼虽源自大山，却因清江甜水的浇灌，苗岭山麓的滋润，成为苗族盛宴必备菜，走出贵州，享誉全国。

苗乡侗寨，青山绿水间，多溪涧河流，产野生鱼。野生鱼细长，偏瘦，肉质紧，有嚼头，味道鲜美。鲥鱼，性味甘、温，有补虚催乳、利尿止痢的功效；鲢鱼含有丰富营养，而且肉质细嫩，蛋白质和脂肪较多，对体弱虚损、营养不良之人有较好食疗作用；鲂鱼是催乳佳品，并有滋阴养血、补中气、开胃、利尿作用，是妇女产后食疗滋补的必选食物。

苗岭多梯田，盛产稻花鲤，别名稻香鱼。“稻花落尽，鱼儿肥”，顾名思义，梯田鱼多在秋时抢食谷穗，肉质肥美，通体散发着一股淡淡的稻香。入口则细嫩鲜香，回味无穷。

凯里酸汤鱼，以当地苗家人传统的鱼酸汤、毛辣角酸汤、菜酸汤、辣酸汤为锅底，取材于野生鱼或稻香鱼。既得酸汤之香醇，又取鱼之鲜美，实为优质原生态食材佐以调动味蕾的锅底，完美组合而成。

酸汤鱼的锅底非常讲究。凯里有句名言叫“三天不吃酸，走路打捞蹶。”意为走路不稳，因而在缺盐少油的古代，久居深山的凯里苗族同胞发现，嗜好食用酸汤会让人脚下生力，最初苗族祖先用酿酒后

的尾酒调制而成，现因酸汤鱼产业化均改用热米汤经自然发酵，或用糟辣椒结合番茄、白醋、柠檬酸等做成酸汤。

凯里酸汤鱼由酸汤、鱼、生姜、辣椒、花椒、番茄、野生木姜子、姜片、豆腐片、豆芽、葱等混煮而成，具有浓浓的酸辣特点，观之汁浓食之味鲜，肉质细嫩，人人喜爱。烹煮凯里酸汤鱼分为三种：红酸汤鱼、白酸汤鱼和油酸汤鱼。一般做法是，先用清水淘洗大米，淘到第四道之时，米和水入锅煮三四分钟，再把淘米水放进坛子，最后用砂锅或陶缸装淘米水放在火炉边，酿就酸味。等到客人到齐，主家便用油将糟辣椒炸开，放入鱼，炸到鳞片泡开，将酸水倒入铁锅，放适量姜丝、大蒜、

食盐、木姜子，并伴有酸西红柿、酸笋子、酸菜、广菜、鱼香菜等煮至沸腾。同时，加入新鲜的西红柿一起熬煮。待到西红柿丰富的茄红素熬煮出来，一锅鲜香四溢的酸汤鱼基本可以出锅了：粉红色的酸汤映衬着鲜嫩的鱼儿，鱼儿“皮开肉绽”，汤浓汁稠味美，令人馋涎欲滴。

食用时，每人配一碟辣椒粉，内有腐乳、葱花、折耳根、大蒜、花椒、胡椒、木姜子及十多种佐料，用锅里汤拌匀，即可蘸之食用。

就着热气腾腾的酸汤鱼火锅，关乎亲情、友情、爱情的许多情愫也就逐渐在味蕾的调动下蔓延开来……

凯里酸汤鱼历史悠久。相传，古时苗岭上住着一位貌美姑娘，名叫阿娜，巧手酿的山泉酒名闻四乡。山下河边有一个汉子叫阿瓦，以打鱼为生。两人唱了七七四十九天山歌，逐渐心生爱意。由于地主老财的横刀夺爱，一对有情人难成眷属。

九八八十一天后的七夕，阿娜这朵山花郁郁而枯萎。悲愤至极的阿瓦取自阿娜酿的山泉酒，煮河里捞出来的鱼，岂料，鱼亦变酸了……悲痛万分的阿瓦身捆巨石投河自尽。

后来，人们为了纪念这对有情人，就在七夕这天用酸汤煮鱼而祭。岂料，自此酸汤煮鱼竟然味美而鲜，渐成当地一道不可或缺的美食。

久而久之，山清水秀的苗乡，适合美食诞生环境的凯里，衍生出了一道道质地新鲜、风味独特、营养丰富的传统美食酸汤鱼。

传说归传说。凯里酸汤鱼是长期传统农耕文明的结晶。经过内涵的积淀，制作技艺的不断完善，如今已由当初“小家碧玉”跃升为“大家闺秀”。其知名度和美誉度已是今非昔比，不仅为央视《舌尖上的中国》提及，其鲜嫩酸美更是誉满神州，俘获了国内外众多食客的味蕾。

而今，在美不胜收的苗乡侗寨，闻名遐迩的酸汤鱼成了凯里地区日常款待国内外贵宾的美味佳肴、一张凯里美食的经典名片。慕名而来的游客和食客最大的乐趣就是坐于香味扑鼻的餐桌前，伸箸夹一块酸汤鱼片，闻一闻，香气扑鼻，尝一尝，啧啧称赞，慢慢细品，赞不绝口。

足的奶水奶娃了。

自那以后，孩子的父亲就天天想办法捉野鸡煮鸡稀饭给老婆吃，产妇康复得很快，孩子也长得白白胖胖，全家人健健康康，平平安安的。老婆婆认为，这些都是吃野鸡稀饭的结果，是吃野鸡稀饭给全家人带来了福气。自此，全村乃至苗家人都认为，吃野鸡稀饭，不仅对身体好，还可以添财添福添寿。由于大家都爱上吃野鸡稀饭，后来野鸡就不够抓了，于是就用家里养的土鸡替代。这样，用土鸡炖稀饭，苗族人一直传袭至今。

千百年来，苗族美食鸡稀饭，得到了社会的认可，受到了苗族之外更多人的喜爱。很多国内外游客，都争相来到黔东南，到苗族村寨来，亲口品尝美味可口的苗族鸡稀饭，亲临体验苗族独特风情人情。尤其是改革开放后，苗族人的日子越来越好，杀一只鸡，煮鸡稀饭，已经不是什么奢侈难办的事儿了。

而今，苗族鸡稀饭已是苗族待客席间不可或缺的一道美食，不必等到苗年节、吃新节，择日不如撞日，只要你想吃，只要你想来，好客的苗族会持一牛角香醇米酒把你迎进门，一阵忙活后，一锅香糯可口的鸡稀饭就会端到你面前……让人垂涎三尺。

教授曾经是木工

○ 马海霞



杜教授那年六十五岁，原来是我们学校副院长，因学识渊博，又热爱三尺讲台，退休后被学校返聘回来继续从事教学工作。杜教授教我们模拟电路，他有自己的实验室，平时他没课时都待在实验室里，告诉我们随时可以去他的实验室做实验，有问题也可以去那里找他。

有一次我吃过午饭，和同学结伴去杜教授的实验室里组装录音机，碰巧他刚吃完饭，正在实验室外的走廊上做木工活儿，锯、刨、锉刀、凿等工具摆了一地，杜教授说办公室的沙发坏了，他想利用午休时间自己做几把。

看不出杜教授干起木工活来有模有样，杜教授说，他曾被下放到工厂的木工房“锻炼”，在那里一干就是五年。刚去那会儿，大家对他这位教书的书生一点也不看好，但他心里憋着一股劲儿，一定要学会木工，还要赶超老师傅的技术。杜教授认定，一个人只要手脚勤快，脑子肯钻研，就没有干不好的事情。

后来，杜教授一手好木工活儿赢得了工友的尊重，大家都亲切地喊他“木工教授”。

经历都是财富，杜教授一直念念不忘那段当木工的经历，让他又多了一门生存的技术。他得意地说，家里的家具都是自己打的，隔几年，就把家里重新装修一遍。

我们毕业时，杜教授语重心长地告诉我们：“毕业踏入社会后，找工作可能不那么顺利，从事的工作也未必是所学专业，我希望无论你们日后从事什么样的工作，都不要觉得工作配不上你，不要觉着屈才，即便在车间干零工也要干出大学生的水平。比如我，虽然在大学校园里是教授，但我在木匠行里也是从小学生做起的，既然是小学生，就得恭恭敬敬地向老师傅学习，如果还端着教授的架子，谁还肯教我木工活呀。同学们，我希望毕业后你们不要在家等工作，要主动走出去找，工作没有高低贵贱，越是底层的工作越会凸显学历的优势。我希望你们干哪一行都被人竖大拇指称赞：不愧是大学生。处处受欢迎了，运气自然就来了。”

如今，我也人到中年，经历了单位破产，再就业的心路历程，期间搬过小广告，下车间干过组装，进技校学过手艺。年龄越大就业越难。“难”这是不争的事实，每次找工作时我都在想，什么样的工作是和我同等学历的人不愿意去干的，我就奔着这个方向去努力，因为只有这样才能弥补年龄的弱势，让工作相中我。几十年过去了，每当我遭遇人生低谷，我便想起用心干木工活的杜教授，不抱怨，坦然接受当下，努力做到最好，这就是他教育我们的人生信条。

量一量热爱

○ 王丽

我曾自诩是文学爱好者。从学生时代到工作后，我一直坚持利用业余时间写作，但文章发表得并不多。有段时间我很痛苦——坚持了那么多年为何写作水平仍然一般？

带着这个问题我拜访了当地一位知名作家，他热情地接待了我，并带我参观了他的书房。我立刻被作家老师出版的十几本书所吸引，一边翻阅一边惊叹作家老师的高产。“我可能真是没什么天赋，看着您的这些作品我自惭形秽。我发表一篇都难，您都出了十几本书了。”我跟作家老师交流着。“哪有什么天赋啊，我带你看样东西。”作家老师指着墙角的一摞废纸，“看见了吗？那都是我最近打的草稿。”我走近一瞧，厚厚的一大摞被捆得整整齐齐的，足足有一米多高。我看着那密密麻麻的修改字迹，当时就震惊了。“光草稿就有一米多高，您该付出了多少辛劳啊。”我连连感叹着。“我付出的不仅是辛劳，更是热爱。如果一定要说有什么写作天赋的话，那就是热爱。”作家老师的话，对我触动很大，也明白自己写作水平不高，原来是因为热爱得还不够。

我想起了从书上读过的一则故事。有个年轻人，拜访著名服装设计师查理·沃斯。谈话结束后，年轻人禁不住问查理·沃斯：“您这么成功，有什么秘诀吗？”查理·沃斯笑着说：“我的秘诀就是对服装设计的热爱！”

“我也很热爱服装设计啊，怎么达不到您这样的成绩呢？”年轻人问。“那是你热爱得还不够。”查理·沃斯接着反问年轻人，“你量过你的热爱吗？”“热爱还可以量吗？”年轻人疑惑地问。这时，查理·沃斯拿起尺子对他说：“走，咱们去量一量我的热爱！”查理·沃斯领着年轻人进了储藏室，里面有一摞摞他的画稿，查理·沃斯拿出尺量了一下，大约5米高。他对年轻人说：“5米多，这就是我对服装设计热爱的厚度，你的呢？”年轻人被问得哑口无言，随即满面通红，他对服装设计的热爱，与查理·沃斯相比根本不值一提。

我们喜欢一件事并坚持去做，这是对的。但如果感觉成绩平平没有建树，不妨静下心来量量你的热爱，很有可能是热爱得还不够。

鸡稀饭：苗族独具特色的美食

○ 熊绍彪

鸡稀饭，顾名思义，是用鸡和白米煮成的粥。鸡稀饭营养丰富，是男女老少皆宜的特色美食。通常在苗族过年过节，妇女生孩子坐月子，或有贵客来临等喜庆的日子，都以此为佳肴待客。

鸡稀饭的做法既讲究又简单。讲究的是，必须保证食品的天然纯洁环保，必须是自家庭院散养，没有喂食任何添加剂的天然食品和自然生长的土母鸡。简单是指成分简单，主料鸡加上黏米、糯米及少许生姜即可。具体做法是：将鸡杀好去毛，烧稻草火烤一下，抠出内脏洗净，将整只鸡和洗净的鸡内脏，一起放入锅或鼎罐里，拍少许生姜放入，加甘甜纯正的井水或山泉水，然后烧旺柴火煮，待水沸后，再加淘好的米，黏米最好是用红黏米。黏米和糯米的比例是5：1，即黏米500克，糯米100克。开火后，大火烧开后，小火慢慢，在大火和小火的作用下，土鸡

的鲜香与米粒的天然纯香完美融合，金黄色的鸡汤，映衬着白色的米粒，待鸡熟软，米粒膨胀，汤汁黏稠，放盐，将鸡捞出。捞上来的鸡，皮黄肉白，鲜嫩软糯，砍成小坨，可直接食用，也可手撕，原汁原味原生态，口舌生香，回味无穷。也可以蘸上放有大蒜、花椒、盐、酱油和鸡稀饭汤的柴火灰烧的辣椒水食用，味道鲜美，让人食欲大增。稀饭则清香四溢，汁稠色亮，入口即化，看着就令人垂涎欲滴。这样的鸡稀饭，不仅助消化、还有营养，具有健脾开胃滋阴补肾之功，是苗族人世代传承的特色养生美食。

关于苗族鸡稀饭的来历，有一个传说：在苗族大迁徙过程中，苗族人民跋山涉水，劈山开路，前有大虫猛兽，后有追兵寇寇，苗族先民扶老携幼，一路觅食，艰难前行。那时，有一妇女生了一个娃，全家人却高兴不起来，因该妇女身体虚

弱，没有奶水给孩子吃，这可愁坏了全家，急坏了孩子的父亲。没有办法，孩子的父亲只好一个人到深山去寻觅，看看有什么可以给产妇充饥滋补身体的。天无绝人之路，好歹逮了两只野鸡拿回家，拿火给野鸡去毛，抠出内脏洗净。婆婆刚将野鸡炖在锅里，这时传来消息说，追兵快要到了，饭又还没煮，怎么办？聪明的婆婆立刻把米放到炖野鸡的锅里一起煮，由于时间紧，等米一烂，全家就锅里鸡肉饭粒稀稀汤汤舀起就吃。哎呀，全家都吃得有滋有味，特别是这个产妇，平日常口味总不太好，这天这顿竟狼吞虎咽吃了几大碗，还对婆婆说，婆婆，您今天怎么煮的呀？这么好吃。由于吃了鸡稀饭，大家都有了力气，特别是产妇，吃鸡稀饭后有劲儿了，也不拖大家后腿，全村男女老少，把追兵甩得远远的。话说这产妇吃了鸡稀饭后，不仅体力得以恢复，竟还有了充

凯里市原创公益广告系列

家风家训



好家风浸润心灵 好家训严明修身



凯里市精神文明建设指导委员会 宣