

2023年
5月26日
星期五

金陵晚报

听语热线：025-84686006
责编：蔡必恒
美编：王玉坤

寻味乌饭

共享民俗大餐

□金陵晚报/紫金山新闻记者 邢虹 通讯员 杨国栋

1

和亲情有关
陈郭村乌饭会已有500年历史

乌饭就是乌米饭，每到农历四月，乌饭是江南不可或缺的美味。

满身乌黛的糯米在高温下变得松软，色素与淀粉深度交融，吸收大部分光线，米粒呈现深沉黝黑的色泽，这就是乌饭。成品乌黑光亮，有着凝胶般迷人的剔透光泽，又散发着自然的清香，蘸着白砂糖一起食用，饭的糯香糅合着白糖的甘甜，汇成俗世生活最本真的温暖。甜蜜沁润的乌饭，发出黏糯的召唤，而紧贴锅底的锅巴，则有另一种令人愉悦的口感。

陈郭村历史悠久、人杰地灵。据介绍，当地习俗是端午节前后家家户户制作乌饭，每年农历四月初七、初八、初九，都会自发组织举办乌饭会、看大戏等传统民俗活动，距今已有500年左右的历史。村民告诉记者，传闻很久以前，村里有位母亲每天给坐牢的儿子送饭，但儿子却时常抱怨吃不到母亲送的饭，原来在送饭过程中，好酒好菜都叫牢头狱卒吃掉了。于是母亲想到一个办法，从山上采来南烛树叶，打成汁浸泡大米，做出来的饭变得漆黑。等到再送饭的时候，狱卒见是黑饭，以为坏掉了，十分嫌弃。儿子这才吃到了母亲送的饭。当地人被这种母子情深的亲情感动，从此纷纷效仿，便有了端午节前后制作乌饭的习俗，这便是陈郭村乌饭会的由来。

近年来随着科技的发展，乌饭也越来越黑亮软糯，香气扑鼻，陈郭村乌饭会已经成为端午前后溧水地区的一次民俗美食盛宴。



我们的节日 端午

5月25日，农历四月初七，溧水区和凤镇陈郭村，一场关于乌饭的盛会点燃了初夏的热情。乌饭市集里，各种和乌饭有关的美食琳琅满目；乌饭会戏台上，《打金枝》等好戏轮番上演……作为南京市“我们的节日·端午”主题活动之一，由溧水区委宣传部、溧水区文旅局、和凤镇人民政府指导，和凤镇吴村桥村承办的“风味人间·乌饭有戏”2023和凤陈郭村乌饭会，吸引了十里八乡的村民赶到这里，不少游客也慕名前来，共享民俗大餐。



▲芳婆本人带着网红小吃来到现场。



▲▼乌饭可以制作成各种美食。

2
古代文人为乌饭写诗
乌饭制作登上热门纪录片

陈郭村乌饭会上，乌饭的现场制作让游客们看得津津有味。

每年清明之后，南烛叶在饱饮了春日的晨露后，嫩芽舒展，散发出阵阵的清香，正是做乌米饭的大好时节。把南烛叶洗净，然后用石臼捣烂，加温水细细搓揉，将叶渣滤去，放入雪白的糯米，浸泡之后，糯米就变得发乌油亮，然后入锅蒸煮至熟，乌饭就做好了。“我之前在腾讯视频热门纪录片《风味人间4·谷物星球》里看到过陈郭村乌饭，当时就特别感兴趣，今天有机会来到现场体验，太有意思了！”游客李启明告诉记者，他是特意到陈郭村来“尝鲜”的。

乌饭自古以来就深受人们喜爱，不少文人墨客还为乌饭作诗赋文。

唐代“诗圣”杜甫在《赠李白》一诗中写道：“野人对臃脰，蔬食常不饱。岂无青精饭，使我颜色好。”诗中的“青精饭”，就是指乌饭。晚唐诗人陆龟蒙写下了《四月十五日道室书事寄袁美》：“乌饭新炊笔髓香，道家斋日以为常。月苗杯举存三洞，云蕊函开叩九章。”宋代文人喻良能的《中秋终日雾雨予还自都下宿分水岭夜漏约七八》中写着：“乌饭山边白玉团，瑞光千丈溢清寒。斜穿逆旅茆茨室，正照先生苜蓿盘。”清代诗人屈大均也有诗云：“社日家家南烛饭，青精遗法在苏罗。”就连《本草纲目》中也有关于乌饭的记载，写着“久服能轻身明目，黑发驻颜，益气力而延年不衰”。

3
迷倒袁枚的乌饭酒现场品尝
网红小吃不用排队

乌饭米糕、乌饭糍粑、乌饭锅巴、乌饭酒……陈郭村乌饭会上，用乌饭制作的美食可以现场品尝购买，让人食指大动。清代著名“吃货文人”袁枚曾喝过乌饭酒，对此爱不释手，他在《随园食单》中记载：“余素不饮，丙戌年，在溧水叶比部家，饮乌饭酒至十六杯，傍人大骇，来相劝止。而余犹酩酊，未忍释手……据溧水风俗：生一女必造酒一坛，以青精饭为之。俟嫁此女才饮此酒。以故极早亦须十五六年。打瓮时只剩半坛，质能胶口，香闻室外。”

让游客王琦惊喜的是，在陈郭村乌饭会上，还吃到了南京网红早餐店“芳婆糕团店”的美食。“我来南京旅游做攻略的时候就看到‘芳婆糕团店’在必吃榜上，但是队伍排得太长了，这几天都没吃上，没想到在陈郭村吃到了，还见到了‘芳婆本婆’！”她买了乌饭团、酒酿、芳婆糕等特色小吃，喜滋滋地坐在一旁品尝起来。

“这里就是我家，当然要来啦！”“芳婆糕团店”店主史芳婆带着全套小吃笑着迎接每一位顾客。史芳婆是溧水区和凤镇人，为了照顾瘫痪的公婆，1977年，她从和凤镇前往南京市区，走街串巷卖蒸糕。上世纪90年代，她开始经营小店。几十年来，从一个人、一双手到拥有28名员工，她始终坚守品质、坚持平价，每天凌晨两三点起床，和员工一起全手工制作小吃，精心挑选原料、保证小吃口味，每道工序都亲自把关。因其诚信经营、孝老爱亲，史芳婆曾获评“江苏好人”“2018年度‘感动南京’人物”。

本版图片
金陵晚报/紫金山新闻记者
邢虹 摄



陈郭村乌饭会戏台上，好戏接连上演。