

娜说河洛

## “河洛饮食文化溯源”之 你当我是吃素的？

□记者 张丽娜 文/图

过年吃了一肚子肉，腻了，来点儿素菜换换口味。

洛阳有些饭店专供素食。前阵子，我在龙门石窟附近吃了一顿饭，看到满桌都是“肉菜”（如图），口感却没肉菜那么油腻，一问掌柜，才知道原来是用蔬菜、豆制品做的“仿肉”素菜，真是精致奇巧。

### 皇帝不吃肉，你也不许吃

有人见和尚天天吃素，便以为素食起源于寺庙。其实不然。

佛教是汉代传入中国的——我国第一座官办寺院白马寺建于东汉，而素食在周代已成雏形。

素，原指白色丝织品，后引申为无酒肉之食。

东周时期，王城洛阳的素食与祭祀、斋戒有关。在祭祀前，人们要沐浴更衣、戒酒吃素，以示虔诚。办丧事时，人们也要吃素。亲人去世，要守灵，朝一哭，夕一哭，喝粥，吃菜、果。

魏晋南北朝时期，佛教盛行。南方有个叫萧衍的皇帝，也就是梁武帝，晚年信佛，不杀生不吃肉，不穿丝绸衣服，因为取蚕丝会弄死蚕蛹里的蚕蛾。皇帝自己不吃肉也罢了，还不许旁人吃。他下诏令《断酒肉文》，强制寺院僧人断了荤腥。当时信佛的人很多，这一举措推动了素食的发展。

在北方，北魏都城洛阳的佛寺香火更盛。当时的《齐民要术》中记有11种素食，其中有胡芹、瓠(hù)等食材做的素羹。



「芹菜炒肉」(素食)



「肚丝汤」(素食)



「红烧排骨」(素食)

### 夺真鸡、练鹤羹、醉猫饼

唐代，素食有了新发展。“豆腐”一词正式出现在史籍中。当时喜欢吃豆腐的人挺多，有个县丞，“日市豆腐数个”，离了豆腐简直不能活。

素食荤做在唐代也已出现，大厨们能用蔬菜做出酷似肉食的花式菜肴。据《清异录》记载，有个叫梵正的比丘尼，做的素食冷盘能拼成一幅《辋川图》，一盘一风景，二十盘不重样。

北宋时期，东京汴梁（今开封）、西京洛阳出现了专门的素菜馆、素面店。市面上有“夺真鸡”“假炙鸭”“素蒸鸭”等，名为鸡鸭，其实都是素的（据说“鸭”是用葫芦做的）。

还有“练鹤羹”，意思是常饮此羹可练得身似鹤形。“醉猫饼”，饼中含有薄荷，据说猫吃了薄荷会醉，故得此名。

素菜取名大都雅致：白菜配冬菇、冬笋，叫“二冬白雪”；若加上粉丝，则称“丝雨孤云”。

明清时期，素食蓬勃发展，形成了宫廷素食、寺院素斋和民间素食三大系。

清宫御膳房专设“素局”，御厨们能做出200多种美味素菜呢！

### 茄子不是茄子，萝卜不是萝卜

有些素菜，并不是纯粹的素菜，做起来比肉菜还麻烦。

《红楼梦》中的茄鲞(xiǎng)是这么做的：茄子切丁，用鸡油炸，再将鸡脯肉、新笋、蘑菇、各色干果等切丁，用鸡汤煨干，调上香油，拌上糟油，封在瓷罐子里，吃时拿出来，用炒的鸡瓜一拌。用刘姥姥的话说，这一个茄子“倒得十几只鸡来配”。

洛阳水席中的牡丹燕菜做起来也不简单。相传，唐代女皇武则天视察龙门奉先寺时，菜农献给她一个超级大的白萝卜。御厨绞尽脑汁，用山珍海味做配料，佐以高汤，做出了这道酷似燕窝的好菜。

这样的素菜，比肉菜还奢侈。

清代美食家袁枚说：“菜之荤素，犹衣有表里也。富贵之人，嗜素甚于嗜荤。”也许正如网友所说，奢侈是通往朴素的必经之路，你无法强求一个一年到头尝不到荤腥的乞丐热爱素食，也不能强迫一个连吃了一周大鱼大肉的现代人继续吃肉。

男女搭配，干活不累。荤素搭配，健康开胃。

有名如此

## 大有来头的陆浑

□记者 陈旭照

怎么突然说起陆浑了？

这个洛阳人再熟悉不过的名字和去处，再一次提起有意思吗？

有意思。

你知道陆浑水库的水好玩，你知道陆浑的来历吗？

你知道陆浑水库的鱼好吃，你知道陆浑背后的故事吗？

在这“庄”那“店”充斥的洛阳地名中，陆浑这个让人乍一看有点儿摸不着头脑的另类出现，本身就是一种吸引。

你听我细细道来。

陆浑，得名于陆浑戎。

戎，是我国古代对西部少数民族的蔑称。

陆浑戎，最早活动于今陕西、四川、甘肃三省交界处，西周末年随周王室东迁，来到陕西和河南交界处。公元前638年，陆浑戎又迁到今伊川一带。

为啥叫陆浑呢？

史学界有这样一个观点：西周末年，这支戎迁居到终南山的一个山谷里，此地陆浑戎的始居地，陆浑的长子叫昆吾，这支戎便取陆浑昆吾的简称为“陆昆”，后来变音为陆浑。

后人考证，陆浑戎在洛阳的活动区域，大致在今天的伊阙、鹿蹄山（位于宜阳县白杨镇与樊村镇交界地带）以南，伏牛山以北，熊耳山以东。渭水（今天的顺阳河）流域为陆浑戎的中心地带。

落后就要挨打，弱小必受欺负。

在洛阳落脚后，陆浑戎先成为晋国的附庸，并在晋国伏击秦国的崤山之战中出了大力。不想此举惹恼了远在南方的楚国，楚国觉得陆浑戎太嚣张，认为其成了自己向北方扩张的大障碍，决定敲打敲打陆浑戎。

公元前606年，楚国进军中原，打得陆浑戎满地找牙。班师途中，不知高低的楚庄王跑到洛阳南郊“问鼎中原”，结果让王孙满办了老大一个难堪。

被楚国灭掉威风陆浑戎，后来却依附了楚国，威胁到周王朝和晋国的安全。

晋国很生气，后果很严重。公元前525年，晋国挥师南下，把陆浑戎灭了。

从迁入到灭亡，陆浑戎在洛阳生存了113年。



关注微信 wbfkjd  
扫二维码  
赏河洛经典、副刊美文

■ 投稿邮箱：  
wbheluo19@163.com  
■ 电话：0379-65233686