

每年的农历四月初八,是溧阳人为它造的节

# “乌乌饭”:唤醒溧阳人的味蕾和乡愁

■记者 汪磊 通讯员 邹迪



乌饭树

“岂无青精饭,使我颜色好”“乌饭新炊茸榷香,道有斋日以为常”……从唐代开始,乌米饭就出现在了文人墨客的诗赋中;《本草纲目》中也记载:乌米饭“久服能轻身明目,黑发驻颜,益气力而延年不衰”;著名画家徐悲鸿先生爱吃乌米饭,有一次吃乌米粉包的团子,女儿惊奇地大声嚷嚷:“爸爸怎么吃煤球呀?”

在常州,尤其是溧阳,也一直有吃乌米饭的传统习俗,它与扎肝、雁来蕈一起合称溧阳“三黑”。每年的农历四月初八,是溧阳的“乌饭节”,农户、资深吃货、作坊店家、大面积种植乌饭树的企业,用一口乌黑发亮、清香扑鼻的乌饭,唤醒了溧阳人的味蕾和对家乡的记忆。



提取乌饭树叶汁液



## 1

### 采摘野生的乌饭草,少许留作自用

5月的一天,行走在溧阳戴埠的山间,一名女子身背竹篮,不停地捋着身边的一把把灌木树叶。乍一看有点像采茶的农户,仔细一看却有很大不同,她背的竹篮比采茶的竹篓大得多,筐里的树叶都是深绿的,略微带点褐色。她今年四十多岁,是当地的农户,旁边一位村民喊她朱嫂。朱嫂竹筐里的树叶,就是溧阳人口中的乌饭草。

“这些叶子染色,可以让糯米变黑变紫,手法肯定没有采茶叶那么细致,但也是有讲究的。”朱嫂伸进竹篮掏出一把乌饭树叶,“这都是今年的新叶。采摘的时候要注意,树木要挑选健康没有病虫害的树,然后选鲜嫩且颜色深绿的叶子。这样汁液会比较多且颜色较深。不能把老枝丫折断,也不能采过了,现在野生乌饭树越来越少。”

朱嫂采下来的乌饭树叶,大部分被制作成乌米饭的作坊、公司收购,自家做乌米饭的并不多。“直接买也不贵,自己做的都是有情怀的老溧阳人。我每年都留点叶子自己做,乌米饭从小吃到大。方法很简单,把干净的叶子捣烂用纱布过滤,过滤出来的汁液浸泡糯米,浸泡好后在电饭煲里蒸煮。”



溧阳古县天目家园乌米饭

## 2

### 乌米饭又名“报恩饭”,与“目连救母”传说相关

任何一种味道记忆都与感情有关,赋予食物情感的温度,也是美味得以传承的重要原因。“三月过了四月来,一锅乌饭满屋香;手捧饭碗思娘亲,目连救母美名扬。”在溧阳,“目连(也作‘蓬’)救母”的故事让人津津乐道,乌饭节里家家户户吃乌饭,都会讲起这个传说故事。

“小时候每年吃乌米饭,母亲总会讲这个乌饭故事。”“老溧阳”涂俊明说。有位叫目连的少年,母亲关在18层地狱,受苦受难。目连修行得道后,去地狱看望母亲。但每次备了饭菜,都被沿途的恶鬼狱卒抢吃一空。为了能让挨饿的母亲吃上饭,目连终日在山中徘徊,无意间

发现有一种矮树的叶子,叶汁乌黑,香润可口。他想,用这种树叶蒸米饭,做成乌黑色的米饭送给母亲,狱卒就不会吃了。经过染色后,白米饭成为乌米饭,果然没再被小鬼狱卒们偷吃。目连的母亲总算吃上饱饭,他也最终救母脱离苦海。为了传承目连的一片孝心,民间流传起了吃乌饭的习俗。由此,乌米饭又名“报恩饭”。

涂俊明的母亲,做乌米饭比较讲究,一共有“三吃”。常规的就是蒸煮的乌米饭,以白糖当作料,甜而不腻。“有特色的就是乌白泡饭,母亲将部分乌饭掺和进白米饭中,放锅中‘余’成泡饭,舀进白瓷碗中,看上去黑白分明。这是第二吃,第三吃是乌饭锅巴。用土灶头大铁锅煮熟乌米饭时,母亲会再添加少许柴草,加烤一下锅底内壁的锅巴,十分香脆。”

在很多溧阳人家,多余的乌饭米,还可以晒干收藏,想吃时,随时可吃。煮熟的,放在竹匾里晒着,过年时换在米里做炒米糕。多余的叶汁冻在冰箱里,什么时候想吃,随时可以做乌乌饭。汁的收取不一定非得用石臼,搓衣板搓碎,破壁机打皆可。“一百个溧阳人,就能想出一百种榨叶榨汁做乌乌饭的方法。”溧阳第二实验小学老师、作家韦菊仙笑着说。

## 3

### “乌乌饭”是正宗溧阳叫法,“打”乌饭草带来温暖回忆

其实,“乌乌饭”才是正宗溧阳方言。第一个“乌”字,释作加工制作使变黑,形容词作使动词用;第二个“乌”,才是形容词黑色。

采乌饭树叶,老溧阳人都习惯称为“打乌饭草”,这还是方言里的习惯。“打猪草、打板栗、打枣子、打野鸡、打鱼、打牙祭……好像只要跟找吃的有关,溧阳人都会用上‘打’字,生猛而又生动。‘打乌饭草’,带着浓浓溧阳情味的一个词儿,流连在外的溧阳人只要听到,关

于故乡的温暖回忆便从心头丛生。”韦菊仙介绍。

在“乌饭节”那一天,满村飘逸着乌饭的鲜香,女人们的手却染成了鸦青色。村里大大小小的竹匾里晒的是乌饭米,家家户户锅里煮的是乌米饭。“小孩碗里端的是乌米饭,口袋里揣的是香喷喷的炒乌饭米,有的甚至是揣一袋油炸乌米饭,又香又酥脆。”回忆起“乌饭节”的场景,韦菊仙仿佛瞬间打开了记忆的味蕾。

## 4

### 有溧阳农户十多年种植百余亩乌饭树

近二十年来,随着丘陵山区资源的不断开发,以往在山上常见的野生乌饭树如今正日渐稀少,甚至需要踏破铁鞋方能寻觅。“我们溧阳的乌米饭销路越来越好,但野生乌饭树的资源却比较匮乏。我也是吃着乌米饭长大的,小时候的味道永远忘不掉。”对于溧阳人黄伟平来说,乌米饭是自己对于家乡和童年的重要回忆。

黄伟平以前学医,之后下海经商。在一次聚会时,与扬大校友谈起乌米饭这个话题,对方表示溧阳的土壤非常适合种植乌饭树,就这样一句简单的话激起了黄伟平心中一个梦想。

从此,黄伟平便踏上了追寻野生乌饭树之路。2012年,他

从安徽广德山区移栽了10万株野生苗。首次大规模移栽由于缺乏经验,对其土壤条件、生长要求、水肥管理等都不是很了解,当年只存活下来2000余株苗。2014年,他又从安徽宣城移栽了5万株野生苗,这一次高达90%的存活率。“那5年,我跑遍了全国八个省份,走遍了许许多多乌饭树生长的山坡、地头,乌饭树人工育苗技术终于成熟,面积有一百多亩,最大年产苗能力可达500万株以上。”黄伟平说。

在天目湖毛尖村的媳妇岭山谷,黄伟平站在乌饭树林中,查看树苗的长势。人工种植的乌饭树,有四五米高。在他身旁,十多位农户,正在从断枝上摘取乌饭新叶。“和野生的采摘不同,我们先把一些枝丫小心折下来,然后摘新叶,这样伤不到树木。”黄伟平规模化种植乌饭树,让溧阳的乌米饭销到了周边十多个城市。小小的乌饭树开始成就产业大格局。



自然常州