

涓 杓漢兼姪邐 - 涓 洙鏃 工 逢 鑑 伴 桷 鏃 朵 簏 - 鏃 儿 棉 錦 冬 汉 绀 惧 施 浜 ゆ 侯 紫苏入菜的渊源

美食

浣涓

鎏賤 龔 浜 庸 細 2007/11/04 12:10

传说古代有一名厨，所做的鱼羹与众不同，不但肉嫩可口，还极鲜香，令人百食不厌。有人暗中观察，发现他做菜时总是放一些紫红色叶子，可上桌时怕泄露天机，将叶子全捞出，于是他的秘密被传播开来。

看来紫苏在鱼羹中起着解腥增鲜提味作用，汉代《七发》赋中的“鲤鱼片缀紫苏”有可能鱼片是生食的（周代已有鱼脍，即鱼生；东汉广陵太守陈登便嗜食“生鱼脍”），而紫苏则用来增香去腥。

日本人吃生鱼片（金枪鱼、鲑鱼及鲤鱼等）时把鱼片放入盘中，再放萝卜丝、紫苏枝、紫苏叶和海草，在另一小碟中放酱油，把芥末、白萝卜末和紫苏花放入酱油中作为佐料，然后把鱼片蘸着这种佐料吃。那萝卜丝及紫苏叶、紫苏花既有爽口去腥作用，也含清毒用意。这跟我国明代的“鱼脍”吃法近似：要放萝卜汁、姜丝、生菜、胡菜，并浇以芥辣与醋。

日本学者伊藤武在《风味调料趣谈》中提到紫苏，说是对疲劳、感冒、咳嗽、口腔炎、脑贫血、食欲不振、痢疾、精神不安均有疗效，很值得推荐食用。日本人所以对它宠爱有加，因为它是“新建神社的佛殿中散发出来的，清新的日本遍柏香气”。日本人认为它能使人的神经系统得到休息。紫苏是日本代表性风味调料之一，它与意大利细面也很相配。他们在睡前喝杯紫苏茶，精神会安定下来。

吃蟹时紫苏有了用武之地：叶子加盐及花椒，炒后研末，撒在蟹脐中，捆好，蒸熟，可解毒去腥。

元代《饮食须知》说到食蟹中毒，可服紫苏汁。清代《调鼎集》中说到蟹与柿同食会引起不适，服大黄、紫苏、冬瓜汁可解。该书又介绍了煮蟹时加生姜、紫苏、桔皮、盐，大滚后即起。蘸用橙桔丝、姜粉与老醋。此外，剖鱼入水，取以洗擦，不但解腥，其味尤美。

广东人爱吃禾虫蒸鸡蛋，调料就使用了辣椒、香菜、姜、酱油、胡椒，还有紫苏叶。