

# 菜肉馄饨包裹的市民文化

## 馄饨的前世今生

菜肉馄饨作为餐饮市场的单品，近日在上海的销售肯定一路狂飙。看看电影，听听方言，再来一碗香喷喷的菜肉馄饨，对上海人而言，就是桂花飘香时节，可以笑傲阳澄湖大闸蟹的精彩剧情。今天我就跟大家聊一聊菜肉馄饨。

馄饨之于南方人，如同饺子之于北方人，一样的隆重，一样的情怀。馄饨在江南有多个名目，在四川被叫作抄手，在广东又被称为云吞，在浙江东南沿海地区又叫扁食；假如在苏州观前街吃到一碗泡泡馄饨，那就特指纯肉的小馄饨，是不能当作主食来吃的。以小麦文化为饮食主导的北方当然也有馄饨，在山东沿海城市我吃过三鲜馄饨，猪肉+鸡蛋+虾米，似乎是饺子的异性兄弟。

张岱在《夜航船》里说，馄饨是西晋大富豪石崇发明的，这个人富得流油，好精舍、好美婢、好鲜衣，也好美食。但事实上，馄饨的出现不迟于汉代。唐代僧人玄奘在他的《一切经音义》中说：“馄饨，饼也。”其实早在三国时就有张辑这么说了。那时的馄饨，据考证就是面饼里夹入猪肉或蔬菜馅后下锅汤煮的，故也叫“汤饼”或“煮饼”，后来人称馄饨为汤饼，是有出典的。到了北齐，颜之推作出了精准的定义：“今之馄饨，形如饺，天下通食也。”

清末民初沪上竹枝词里专有一段说馄饨的：“大槲馄饨卜卜敲，码头担子肩上挑，一文一只价不贵，肉馅新鲜滋味高。馄饨皮子最要薄，赢得缜妙馄饨名蹊跷。若使缜妙真好裹馄饨，缎子宁绸好做团子糕。”

这段曲子简略地描绘出当年上海街头馄饨担子的生意状态：深秋的夜晚，寒星烁烁，落叶窸窣，小贩身穿青布短衫，肩挑竹担，手敲梆子，出没于微茫的夜色中。

北方有“冬至馄饨夏至面”的食俗，而在江南，冬至一般是吃汤团的，这反映了小麦文化与稻作文化的区别。在上海一年四季都可以吃馄饨，但讲究一点的人家，在告别冬天的时候一定要吃几顿荠菜肉馄饨，图的就是那口早春气息。

## 菜肉馄饨与上海人的生活智慧

上海人对馄饨向来偏爱，珍藏于儿时的记忆里，馄饨至今还是热水灌烫的。在计划经济年代，它几乎是弄堂人家改善伙食的盛宴。首先，猪肉是凭票供应的，属于稀缺

资源，于是善持中馈的家庭主妇就请来蔬菜加盟，与猪肉拌匀入馅。其次，加蔬菜也是有讲究的，单纯加荠菜口感会柴，那么再加适量的青菜，馄饨馅就变得鲜汁饱满，与猪肉双向奔赴，抵达完美的境界。

关键一点是，只有青菜（最好是霜打后的上海青）、荠菜（以紫头野荠菜最佳）才能与猪肉联袂而行，菠菜、韭菜、芥菜、卷心菜、大白菜等都无此资格。我发现在上海以外的城镇很少见到红绿配的菜肉馄饨，一般以纯肉居多，也有加虾仁、加鸡蛋、加蟹粉、加鱿鱼的，上海人总嫌它画蛇添足。我还吃过黄鱼馄饨，与刀鱼馄饨还是不能比拟。所以在馄饨界，菜肉馄饨就是上海的专属味道。

包馄饨，操作简单，食材易得，可荤可素，味道不错，一时吃不完保存也不难，还有衍生品——冷拌馄饨、油煎馄饨。菜肉馄饨通过对食材的巧妙安排，体现了上海人的生活智慧和品质。

许多能干的上海女人认为，家里包的馄饨肯定要胜过店里卖的。她们仿佛掌握着母亲甚至外婆一脉单传的独门秘辛，碰到最亲密的闺蜜才会透露一二。

我们家里经常包菜肉馄饨，荠菜和青菜的配比大概是7:3，分别焯水后要在自来水里冲半个小时，彻底冷却才能保证入馅后的碧绿生青。而且一定要手工剁碎，剁碎后还要挤去一些汁水，但下手又不能太狠，得留一点，这需要相当的经验。饮食店里都是用机器粉碎的，水分流失严重，刀刀不够锋利的话又会产生较多的纤维，吃口就差了。在上海郊区的小店里，店主会自豪地宣称：“我家的菜肉馄饨是手工斩馅心的。”

给馄饨馅调味也是技术活。加入适量猪油渣可以增香，加榨菜末可以提鲜，少加一点糖可以去涩，最后才加盐，盛夏时我还会用少量鱼卤提振家人食欲，吃上咸头后必须马上包起来，否则会渗出水。我们家包一次的量比较大，分一半冻起来，随时取出下锅，比叫外卖还方便。馄饨是经济实惠、便于储存的食品，又与上海人的生活节奏相吻合。

至于馄饨的底汤，一般人家比较简单，紫菜、虾皮、榨菜末、葱花，再浇点生抽，挟一筷熟猪油，开水一冲也能对付过去。金莹在小说《菜肉馄饨》里附了一份福利，就是“自家屋里厢菜肉馄饨”的操作指南，其中说到熬高汤，要用筒骨、鳊鱼骨、鸡爪。旧时无锡面馆吊汤才用黄鳝骨，而且一定要用纱布扎成包袱后下锅，否则黄鳝骨头碎掉后，体验度会很差。鸡爪会增加汤的粘稠度，导致汤色发

浑，口感发腻。我不建议吊馄饨底汤时加黄鳝骨和鸡爪，用筒骨或鸡架就行了。临时来不及吊汤，我也会撕一袋日本豚骨拉面的汤料包，再挑一筷台湾的鹅油香葱，味道也不错。

## 菜肉馄饨与市民生态

上海人心里都珍藏着一份家里包馄饨的场景。

孩子得到消息，高兴得奔进跑出，也会自觉地帮妈妈择菜。而震耳欲聋的剁菜声，于干脆利落中含着欣喜，几乎要将左邻右舍的收音机声音压下去。当时买馄饨皮还要预订，父亲早早地去米店付了钱和粮票，捏着一块油滋滋的纸牌回来，包馄饨的计划方始开展。上午十点左右可以领货了，再带孩子跑一趟。所以，包馄饨就成了全家老少齐动手的重大工程，吃一顿馄饨也成了一顿盛宴。

再从更深的层面来说，菜肉馄饨也是一个文化符号，一种市民生态。第一锅馄饨煮好，孩子照理是不能吃的，家中若有高堂，则先敬老的，再送邻居张家妈妈、李家阿婆。一幢楼里，居民来自五湖四海，身处蜗居，咳唾与闻，抱团取暖，一户人家吃馄饨，总会多包一点，让芳邻分享。这种做法几乎成了习俗，也因此，包馄饨的时候，从天井到灶披间都会显得特别热闹，喜气洋洋。

孩子面对难得的美食，吃得很贪心，一碗不够再来一碗，吃着碗里的，盯着锅里的。这副馋相叫父母陡然生出许多伤感，于是决定让孩子们放开肚子吃，直到大肚圆圆，坐在那里饱嗝连连，站也站不起来。

现在，随着城市空间的更新，原有的石库门空间和邻里关系也随之瓦解。今天上海人家包馄饨（家庭结构也变化了，一家老小围坐一团包馄饨已经极少发生了），再也没有必要分送邻居了。如果非要这样做的话，除非特别亲近，否则就会对他人造成压力。各人过好各人的日子，也许是社会的进步，但又未尝不是市民文化的稀释或异化呢？

所以，用“菜肉馄饨”来对应或喻示电影里的剧情，就有了出神入化的概括性和象征意义。小说也好，电影也好，用“菜肉馄饨”来冠名，一看便知是上海人的生活写照和程序编码，就是上海人的体面与友爱。我有理由相信，“菜肉馄饨”将成为上海市民文化的一个专有名词，并不断加载新时期的涵义。

（作者：沈嘉禄 身份：资深媒体人、中国作家协会会员、上海作家协会会员）

