

# 不止“黄桃罐头”！ 淳安人感冒爱吃啥？

□记者 杨奇

最近,在许多网友的疫情备药清单里,除了连花清瘟、布洛芬、止咳糖浆、感冒灵之外,一种看上去和“药物”毫无关系的食品赫然在列——黄桃罐头,作为许多人童年感冒时最甜蜜的回忆,也成为当下人们竞相追逐的“灵丹妙药”。只不过,在充满着调侃的网络留言里,大家其实也都或有或无地表达了一种清晰的认知:黄桃罐头虽然不是药,却充满着人们对甜蜜童年、对父母之爱的回忆。

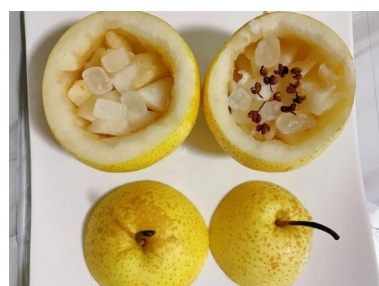
其实,每个人、每个家庭、每个地区,都会有不少像“黄桃罐头”这样,在人们面临病痛时,能够勾起满满回忆的食物。它们有的是父母为奖励孩子乖乖吃药时的甜蜜安慰,有的是代代相传养身治病的食疗佳品,有的是特色鲜明的地方土产,还有的是因病痛没胃口吃药时最好的开胃小食。在淳安,我们也自然有着属于自己的“黄桃罐头”,在病床边、在炭火里、在水中,一代代传承,成为我们在面临病痛时,少有的温馨记忆。



## 甜蜜糖水类

小孩子感冒发烧没胃口,怎么办? 来碗糖水就好啦!

在淳安人的童年,感冒时最适合用来滋补身体、恢复能量的,无疑就是各类糖水。甜蜜的味道不仅让孩子一下忘却了吃药的痛苦,更能快速补充身体所需的糖分。尤其是一口热糖水下去,把身体里的热量给散出去,感冒几乎就能好上一大半。



### 冰糖雪梨

冰糖雪梨以雪梨、冰糖一起慢火炖制而成,不仅味道甘甜可口,还具有生津养胃、清热化痰和止咳的功效。而在淳安人的手中,这种几乎遍布大江南北的糖水,必须要装在白色的搪瓷罐中,再放在烧红的炭火上慢慢煨制,才能做出最甜的滋味。



### 水果罐头

在物资匮乏的年代,生病时的一罐水果罐头,无疑是最能刺激孩子们活力的东西。而在淳安,曾经最受欢迎的水果罐头则以橘子、枇杷、杨梅等本地传统水果为主,大块水果加上甜蜜的糖水,或许有不少人小时候会为了这一口“甜蜜”装病吧。



### 蜂蜜糖水鸡蛋

糖水鸡蛋,无疑是淳安人待客最高的礼仪。而在生病期间,以蜂蜜代替冰糖做出来的糖水鸡蛋,不仅滋补效果更佳,也能迅速补充身体恢复所需要的糖分和营养。只不过,若是爷爷奶奶、外公外婆心疼孩子,一下子往碗里打上五六个鸡蛋,怕也是不少人童年都难以逃脱的“甜蜜负担”。



### 生姜红糖水

生姜红糖水,因为其补血、驱寒的功效,一直是淳安人在孩子感冒时会准备的饮品之一。尤其是在寒冷的冬季里,一碗热热的生姜红糖水,不仅能驱散身体的寒冷,更能让人感受到从胃到心的温暖。

## 食疗饮品

几乎每个淳安人可能都会在小时候有这样的疑惑:为什么平常看上去毫无用处的东西,总能在感冒时被煮成水端到自己面前? 而在自己长大后,我们却也成为了那个会做这种“奇怪事情”的人。那么,在代代相传的民间经验里,我们到底在感冒时,喝过哪些特色的汤水呢?



### 核桃壳

经过炒制的核桃壳来煮水,在淳安民间常常用来应对咽喉发炎、肿痛等感冒症状。当然,这一做法是完全无法代替药物治疗的,只能作为食补或偏方使用。



### 冬瓜根

清代王士雄撰写的食疗养生著作《随息居饮食谱》中曾描述冬瓜根“秋后齐根截断,插瓶中,取汁服,治肺热、痰火、内痛诸证”。淳安人也常用其作为感冒时食补的一种选择,注水煎汤后服用。



### 代代果

形似橘子,因为果实可悬于枝头三四年不凋落,因此几代果实共存于同一植株上,犹如“数世同堂”,故得名“代代”,又名枳壳花《草花谱》,代代花《饮片新参》,酸橙花《药材学》。



### 枇杷叶

淳安人爱枇杷,不仅爱它的果实,连叶子与花也不肯放过。老人常会在孩子感冒时,将枇杷叶背面的绒毛刷干净,或单独或和雪梨等食物一起煮食,用以润肺化痰、止咳清热,是淳安地区较为普遍的一种食补用品。

## 特色烘烤

淳安人的冬天离不开炭火,自然更离不开炭火上的各类美食。即使身处病痛之中,各种炭火烘烤的特色食物也会成为我们驱散疾病的最佳选择。

### 烤橘子

说到感冒与橘子,大多数人会想到的应该是陈皮的理气健脾,燥湿化痰。但在淳安,感冒时可等不及把橘子皮晒干,嘴馋了拿去炭火上烘烤就是。等到拨开橘子时那股浓郁的热气扑鼻,一下子就能把感冒的痛苦忘掉一半。

### 烤橙子

由烤橘子而发展出来的淳安烘烤界“新贵”,是淳安人感冒时“万物皆可烤”的代表作之一,而与之类似的,目前已出现烤枇杷、烤提子、烤香蕉等各类尝试。

### 烤甘蔗

淳安人特色烘烤系列有一些看上去有些迷惑,但实际上又十分合理产品。烘烤后的甘蔗因水分蒸发使得糖分浓度上升,吃上去更加香甜,炭烤的温度又减少了甘蔗寒性对感冒者的侵害,可谓一举多得。

### 烤萝卜

白萝卜本身拥有丰富的维生素A、维生素C,且在淳安大地随处可见,切片烘烤后涂上蜂蜜等物,别有一番风味,也自然成为了许多人在感冒时解馋的选择。

## 开胃小食

感冒对于许多吃货而言,最大的痛苦莫过于食欲不振。心疼孩子的父母在面对急需营养恢复又什么都不愿吃的孩子时,也是焦头烂额。于是,一些开胃小食就成为了淳安人记忆中关于感冒最可口的部分。



### 水煮荸荠

荸荠作为中药,在《本草纲目》《本草经疏》《古方选注》等中医药典籍中均有记载,具有清热止渴、利湿化痰、降血压等功效。但对于淳安的孩子而言,它更像是一种开胃零食,水煮之后剥皮食用,甜甜脆脆、非常好吃。



### 果丹皮

这种由山楂制成的零食不仅酸酸甜甜十分开胃,并且本身具有助消化的作用,成为许多家长在孩子生病时,少有的可以同意购买的零食,也自然成为了淳安孩子感冒时最常选择零食之一。