



又到鲫鱼肥美时

□高桃芝

鲫鱼四季皆产，尤以春季最为肥美、鲜嫩。吃鲫鱼的好处非常多，营养价值高，容易消化吸收，用来煲汤、做菜、煮粥皆可。

《吕氏春秋》载：“鱼之美者，洞庭之鲋。”鲋，即鲫鱼，可见鲫鱼自古为人崇尚。鲫鱼，俗称鲫瓜子、鲫壳鱼等，适应性非常强，除西部高原外，在我国江河、湖泊、水塘都有它们游弋的身影。鲫鱼体态丰腴，线锤状的形体矫健灵秀，乌青青的脊背，亮闪闪的鳞片，漂亮极了。它们在水中长久结队遨游，上浮下沉，左摇右摆，前赴后继，怡然自得。鲫鱼以植物为食料，顺水或逆水，到水草丰茂的浅滩、河湾、沟汊、芦苇丛中觅食，甚至产卵。

古人对鲫鱼的习性了如指掌，宋人陆佃在《埤雅》说：“鲫鱼旅行，以相即也，故谓之鲫。以相附也，故谓之鲋。”即、附，均表示

相随相依。它们不甘寂寞，总是成群结队，古人因此创造了“过江之鲫”一词。东晋王朝建立后，北方士族纷纷南下，当时有人说“过江名士多于鲫”，以形容数量多，后引申指某种时兴的事物或潮流。

鲫鱼在我国历史上还衍生了许多有趣的民俗文化。两千年前，《仪礼·士昏礼》记载：“士昏礼……鱼用鲋，必肴全。”古代，“昏”与“婚”通用。意思是，男女结婚喜宴须食鲫鱼，并且必须是完整、无破损也未变质的鲫鱼。食鲫鱼，寓意夫妇互相依附；食完整而未变质的鲫鱼，寓意相敬相爱、婚姻美满不变质。而且，鲫同“吉”谐音，又有“喜头鱼”、“喜头”之称，颇讨口彩。

鲫鱼肉嫩味鲜，从古到今圈下了无数的“粉丝”，历代文人墨客对之赞不绝口。唐代杜甫诗曰：“鲜鲫银丝脍，香芹碧涧羹。”宋代的蒲寿晟词云：“白水塘边白鹭飞，龙湫山下鲫鱼肥。”清代文人郑板桥品尝了鲫鱼汤后咏赞道：“作宦山东十一年，不知湖上鲫鱼鲜。今朝尝得君家味，一勺清汤胜万钱。”

鲫鱼营养十分丰富，研究测定，每100克鲫鱼肉含蛋白质13克、

脂肪1.1克、钙54毫克、磷203毫克和铁205毫克，还含有丰富的B族维生素等多种成分。中医认为，鲫鱼性温平味甘，具有健脾利湿、和中开胃、活血通络、温中下气之功效。民间常给产妇炖食鲫鱼，既可以补虚，又有通乳催奶的作用。明代著名的医学家李时珍赞美鲫鱼：“鲫喜偎泥，不食杂物，故能补胃。”

春季是吃鲫鱼的最佳时节。每年2—4月是产鲫鱼的高峰期，此时鲫鱼肉质最为肥美，是春季进补的良好选择。鲫鱼肉嫩味鲜，炖汤、红烧、清蒸、煎烤皆为日常餐桌上的美食，令人常吃不厌。特别是鲫鱼豆腐汤，最受广大食客喜爱。其做法简单，取鲜嫩豆腐一块，切成寸许见方，将处理妥当的小鲫鱼整条入锅，加料酒、葱、盐、姜片和植物油清炖，炖至汤汁白亮，把豆腐块与几只干红辣椒加入同煮，但见白玉般的嫩豆腐在滚滚热汤中翻卷。香喷喷的鲜美之气萦绕鼻尖，分外诱人，入口滑嫩微辣，开胃健脾，妙不可言。

鲫鱼还可搭配很多食材，制成各种不同的汤羹，如鲫鱼萝卜汤、鲫鱼春笋汤、鲫鱼蘑菇汤等。春季气候乍暖还寒，鲫鱼就是煲汤不可多得的食材，一碗温暖的鲫鱼汤最能滋润身心。

春暖花开时，喝一碗热气腾腾的鲫鱼汤，通过食物传达暖意，品味美好时光，抚慰凡人心。



／ 百科 ／

葡萄栽培起源于1.1万年前

□刘崇怀

近日，云南农业大学董扬教授团队联合国内外专家，通过集合全球近5000份葡萄遗传资源，破译葡萄驯化密码，研究表明葡萄是目前已知人类最早驯化的水果。此项研究成果为葡萄起源驯化提供了新的重要线索。

那么，葡萄栽培起源于何时？

作为世界上最古老的植物之一，葡萄为葡萄科葡萄属的

木质藤本植物。野生葡萄的分布地域相当广泛，在距今2330万年至距今164万年前的第三纪末期，曾广泛分布于北半球包括欧亚大陆、北美洲大陆在内的大部分地区，之后形成了欧亚、东亚、北美三个起源中心。其中起源于欧洲南部、西亚，以及北非部分温带地区的野生葡萄，逐步驯化为后世的栽培葡萄。

关于人类进行葡萄栽培、葡萄酒酿造的历史，此前，科研人员通过对格鲁吉亚出土陶罐

中的葡萄酒残留物推断，人类至少在8000年前就开始酿造葡萄酒，但对于人类驯化葡萄的具体时间仍旧未知。

此次云南农业大学研究团队将栽培葡萄起源推演至约1.1万年前，远早于此前人类认知的起源时间，表明葡萄是人类目前已知最早驯化的水果，为作物起源驯化研究、葡萄栽培考古学研究提供了重要线索。

葡萄具有栽培历史久、栽培范围广、栽培面积大、栽培品

种多的特点。目前，葡萄在地中海气候条件下广泛栽培。在我国，从北到南，由东到西，各省份均有葡萄栽培，是仅次于柑橘、苹果、梨之后的重要果树。

葡萄到底是在哪里驯化的？自然演化是进化生物学的概念。作为人工选择的概念，驯化就是将野生物种变成家养物种，在人工栽培的条件下满足人类的需求。

过去普遍认为，高加索地区是栽培葡萄的起源中心。在

此项研究中，董扬团队证明葡萄驯化起源中心有两个，鲜食葡萄起源于西亚地区，酿酒葡萄起源于高加索地区，两地相隔1000多公里。这表明鲜食葡萄和酿酒葡萄在不同区域同时起源，是同一时间发生的相互独立的人工驯化，鲜食葡萄和酿酒葡萄在起源初期的遗传背景就具有重大的差异，纠正了此前的单起源中心理论，是葡萄研究的重要里程碑式成果。（作者系中国农业科学院郑州果树研究所副所长）