



《赵赵说千字文》连载

胡赵赵简介

《赵赵说字》主讲人，曾任《新周刊》总主笔，现为多家机构文化顾问。2014年，赵赵主持修复出版了“百年语文第一书”《澄衷蒙学堂字课图说》；《赵赵说字》即是在该书基础上，结合中国传统文化底蕴和训诂学，试图带领读者走向汉字源头的一门课程。

所有的完美都需要调和

调 調

本义：周密、周到、和谐

“调”的左半部分是言字旁(讠)，右半部分是周。“周”(周)在甲骨文中的写法是田字格，里面长满了庄稼，表示农作物长得很茂密，密不透风，水泼不进，“周”的本义就是完全周密的意思。而“周”字的篆文写法为周，外面是“用”字，里面是“口”字，这说明“调”字与“周”和“用”字有关。

“用”（“用”最早的写法是占卜的“卜”，和中间的“中”的一个结合）的意思是什么？做事之前要先占卜，卜卦卜中了之后才能“用”。

在篆文的写法里，“用”(用)加一个口为“周”，又表达什么意思呢？表示说话说对了，周密了。所以说，周的来源其实有两个不同的说法，一个是田间庄稼的周密；一个是说话办事要周到。

然后，“周”的左边加言字旁，就是“调”(调)，表示声音调和，声音协调。《说文解字》中说：“调者，和也。”总的来说，“调”和语言、音调有关，只有当它和谐了，它才是协调的，才是周密、周到的。

“调整”、“烹调”、“协调”、“调子”、“声调”、“不着调”

“调”是个多音字。读“tiáo”的时候做动词使用，比如调整、烹调、协调；念“diào”的时候，有调子、声调的意思，我们经常会说这个人不着调，意思是这个人不可靠或者形容一个乐队里头有人滥竽充数，引申到为人处世上，说明这个人不是很值得我们去交往。

“五味调和”、“微调”

烹调的时候，讲究五味调和。五味指的是酸甜苦辣咸，五味调和就是指让食物的味道变得很协调、很和谐，滋味很丰富，能让我们食欲大开。

有时候，我们说“微调”，指的是很精细、很细腻地将事物调整到一个状态，直到把状态调整得和谐，接近完美。

未完待续

《菜农笔记》连载

冯广博简介

冯广博，十堰人，现居广州。马拉松爱好者，天台菜农，从2015年10月起在《信息时报》开设专栏《菜农笔记》，出版成集，是自清袁枚《随园食单》以来此类型独一无二的生活小品文。

懒豆腐 酿豆腐

如果说腊八是提醒过年，农历小年一过，算是新年进入倒计时，正式拉开了辞旧迎新的序幕。

刚下了雨，虽然气温下降了一些，但比起北方来，广州还算不上寒冷。菜园郁郁葱葱，好像焕然一新，显出过年的气象来。韭菜、葱，长得兴奋，紫贝菜不断长出新的芽叶，油麦菜、生菜开始拥挤撒欢了。香菜，已经忍不住开始诱惑味蕾了。

安顿了菜园之后，我和阿布先回到老家，鄂西北竹溪正值寒冬。小县城里车水马龙，年前的集市最为火爆，青菜居然十几二十元一斤。“有钱不买腊月货”。而在乡下，临近过年，更多的家庭爱自己“打豆腐”（制作黄豆豆腐），大姐夫更是“打豆腐”的好手。

有一种饭只有在“打豆腐”的时候才能吃到，一年难得吃一次，我近十年也只吃过两次，这就是“懒豆腐”，真是有口福。

“懒豆腐”，在湖北许多地区都这么叫，吃法也基本相同，在做豆腐过程中，将黄豆和水用石磨推磨成浆，之后不用包袱布过滤豆渣，直接放入锅中，加入白菜菜叶（不是菜帮子）或其他青菜叶子、油、盐等，有的还放一点花椒，用火煮，在煮的过程中，千万不要胡搅，最好不怎么动锅，直到煮熟，就可以吃了。吃的时候加点辣子汤，或者加点香菜末。可能是过于简便容易制作，说白了，就是煮黄豆浆的粥，能吃出鲜豆腐的味道，所以叫“懒豆腐”，因为和豆渣一起煮，也叫“合渣”。

这不得不让我想到广东客家的“酿豆腐”。跟“懒豆腐”比较起来，“酿豆腐”简直可以称得上制作精细的“勤快豆腐”。

酿豆腐是客家人最家常最有名的菜品之一，妻子梅果是客家人，她会制作酿豆腐，而且味道不错。在我看来，酿豆腐制作非常繁琐，首先得剁肉酱（类似于包饺子剁馅，据说酿豆腐真的与北方的饺子有关，客家人从北方南下，南方小麦少，于是创造性地发明了豆腐包馅，即酿豆腐），将油炸豆腐或白豆腐（豆腐要老，嫩豆腐容易碎）切成小块，在每小块豆腐中央挖一个小孔，用肉、香菇、胡椒、鸡蛋、葱末、酱油等做好的馅填补进去，然后用锅小火长时间煮，也可以蒸、煎、焖，熟了之后，外黄内白又有馅。第一次吃客家菜，我观摩了整个过程，对这种很精细的手工制作印象深刻。当然，味道就不描述了，我没词了。多次吃过之后，就深深地爱上这道菜，还吃出了心得：这道菜，最难把握的，大概是油，油多了会腻，总结一点：酿豆腐放油，宜少不宜多。但不主张做——因为要花太多时间，而且，吃豆腐，还有很多简便实用的吃法，比如烧豆腐、煎豆腐、麻婆豆腐。吃肉，再炒个肉片嘛。我不会制作，所以完全忽视了制作酿豆腐的乐趣，这大概类似北方人包饺子的乐趣，南方人，客家人，几乎不包饺子，但酿豆腐常吃。

跟“酿豆腐”比起来，“懒豆腐”真的太“懒”了。味道怎么比？“酿豆腐”是菜，是大菜，是氛围，“懒豆腐”是饭，是粥，是主食。菜和饭比味道，根本没有可比性啊。

我煎豆腐有心得，但很难学会制作“酿豆腐”，不过，“懒豆腐”还是可以试试的。楼顶鲜香无敌的香菜，自制无敌辣椒酱，正等着下饭呢。

未完待续

