



适当饮酒该饮什么酒？

■ 沈仕卫

今年疫情期间,《杭州市“冠状病毒肺炎”防控指挥部给全体市民的 10 条建议》中的第六条写着“加强营养摄入,尽量不吃生冷食品,不吃野生动物。可适当补充维生素 C,可适量饮酒。”其中最后五个字“可适量饮酒”一下子在酒界炸开了锅,并且引发了“适量饮酒是否有益健康”的热门讨论。

适量饮酒有益健康,这个却不容置疑。我小时候,父亲教我背诵《药性歌括四百味》,其中有一句:“酒通血脉,消愁遣兴,少饮壮神,过多损命”,由此可见,适量饮酒是有益于健康的。哈佛大学一项研究也证明了适量饮酒的健康,在《美国医学杂志》中汇总了多达 11.2 万参与者的健康信息后认为,适度饮酒与更长的预期寿命有关。一名教授研究者认为:每周或隔三天到五天适量饮酒是最有益的。

喝什么酒最有益于健康? 茅台自然是首选。茅台酒除了好喝,种种科学研究表明,纯天然酿造的茅台酒是一种不折不扣的绿色、有机、健康的饮品,适量饮用有利于人体健康。这使得唯一集国家绿色食品及有机食品双重认证和第一个原产地域保护的白酒类产品,与健康、时尚消费潮流不谋而合。适量饮用茅台酒不伤肝,不伤胃,不口干,不上头,不刺激等特点被广大消费者所接受和追捧。

日益进步的现代科学,正越来越明晰地探求出茅台酒有益于健康饮品的原因。适量茅台酒还能起到降低胆固醇的作用,而且具有扩张血管、促进血液循环等功效,从而可达到保护心血管的效果。

周恩来总理、许世友将军甚至把茅台酒当做感冒药。1972 年尼克松总统访华,周总理在宴请尼克松总统时说“长征路上茅台酒是我们包医百病的良药,洗伤、镇痛、解毒、治伤风感冒……”后来周总理对来访的新任日本首相田中角荣先生再次介绍茅台酒。邓小平同志也以茅台酒健身。据小平同志长女邓林回忆,小平同志“每餐饭前都要喝两小杯茅台酒”。英女王访华时,时年 82 岁的小平同志一口气还喝了 5 杯茅台酒。

但谁都知道,茅台酒不好买,而且还贵,普通家庭“适量饮”也是非常奢侈的。那么,除了茅台酒之外,喝什么酒既有益于健康,又掏得起钱呢?

不外乎两类:保健酒与配制酒。保健酒就是药酒,2020 年经过网络票选的中国十大保健酒品牌包括“劲酒”、“椰岛鹿龟酒”、“竹叶青”、“至宝三鞭酒”、“古岭神酒”、“宁夏红”、“五粮液黄金酒”、“致中和”、“同仁堂”、“广誉远龟龄集”,除此之外,还有董酒等,还有臭名昭著的“鸿茅药酒”。

保健酒有明确的药物配方,有明确的药用功效,有固定的保质期,而且一喝全是药味,酒味反而成了附加味道。这样的酒,虽然也可以当普通白酒在酒桌上喝,但却很难找到喝酒的感觉。

配制酒在国外有很多老品牌,中国配酒制近些年也多了起来,有药物配制的比如天麻酒、茯苓酒、三七酒、虫草酒等;有植物果实配制的,比如木瓜酒、刺梨酒、桑椹酒、梅子酒、橄榄酒等;有以植物杆茎入酒的,比如人参酒、胶股兰酒、寄生草酒;有以动物配制的,比如虎骨酒、熊胆酒、鸡蛋酒、乌鸡白凤酒;有以矿物入酒的,比如麦饭石酒。这些配制酒大都用普通的高粱酒或包谷烧作为基酒,是简单的“白酒+”,只注重配制,而不注重口感。

如果用茅台酱香型酒作基酒,加上药食同源的辅料配制的酒,该是什么样的口感与养生效果?

要强调的是其基酒与茅台酒同宗同源,一脉相承,以优质高粱、小麦为原料,按茅台酒工艺生产,经长期贮存精心勾兑而成的大曲酱香型白酒,具有酱香浓郁、幽雅协调、丰满醇和、回味悠长、空杯留香茅台风格。而添加的药物则是白芷、山楂、龙眼肉、枸杞等营养成分。打开中医典籍便知道:白芷祛风止痛通鼻窍,山楂活血化瘀开胃健脾,龙眼肉补益心脾养血安神,枸杞补肝肾益精血。

茅台酱香酒与这几道药物结合,将传统养生理念与现代科技技术进行巧妙调勾,那么喝它,调节生理机能,养元养气,护护身心。这样的酒,说它是中国养生酒之最,一点不为过。

那么这款酒叫什么名字? 它是茅台集团旗下的一款配制酒。至于酒名,还是让读者自己去猜吧。疫情期间看了《杭州市“冠状病毒肺炎”防控指挥部给全体市民的 10 条建议》后,我每顿饭晚饭都要“适量”地喝上二两这酒。如果有人问我“适量饮酒”饮什么酒,我当然选它。

美酒美食“清平乐”梦回大宋舌尖行

■ 刘鹏

“先生,是要教我咏梅词吗?”童年赵幀问道。“好词原是天赐予,今日臣不与陛下说文解韵,只踏雪闻香,再采几枝好梅,集一坛花上雪,回去让厨房新雪煮茶,烤一炉梅花馅儿的酥饼……”帝师晏殊徐徐答曰。

这段对白来自以北宋为时代背景的电视剧《清平乐》。和很多观众关注风起云涌的朝堂政事与无可奈何的儿女情长不同,身为一名独爱美食的超级吃货,笔者眼馋的是剧中听起来就好吃的那些美食,羊羔酒、荔枝白腰子、签盘兔、脆筋巴子、鲤鱼焙面、烧饼……无一不让人垂涎欲滴。

《清平乐》大火,我们不妨在剧中寻找《清明上河图》的人间烟火、街景店铺或美酒美食,不自觉地跟随剧情,寻觅《东京梦华录》的影子。

对于笔者这种二两微醺、三两胡说、四两尽兴、半斤醉倒,但是喜欢“拎壶冲”的酒鬼和吃货,亦不自觉地假想自己能够穿越时光,琴棋书画诗酒花,柴米油盐酱醋茶。美酒美食“清平乐”,梦回大宋舌尖行。

名酒数不胜数

宋人喜饮酒,无论是文人士子还是凡夫百姓,人生得意须饮酒,适合高唱离歌,能疏通意气,遇到离别或欢聚,都要饮酒,酒抒壮志,酒壮行色,酒慰别离。

这里说一说《清平乐》时代背景的酒,北宋时期的东京拥有很多名酒:丰乐楼常备的自酿酒名为“眉寿”、“和旨”。忻乐楼有仙醪,和乐楼有琼浆,遇仙楼有玉液,王楼有玉醺,清风楼有玉髓,会仙楼有玉胥,时楼有碧光,班楼有琼液,潘楼有琼液,千春楼有仙醇,中山园子正店有千日春,蜜王园子正店有玉浆,朱宅园子正店有瑶光,邵宅园子正店有法清大桶,张宅园子正店有仙醪,方宅园子正店有琼酥,姜宅园子正店有羊羔,梁宅园子正店有美禄,杨皇后园子正店有法清……

阅读宋代的酒史和文化,是一段非常奇妙的旅程。宋朝酒桌上这些推杯换盏热闹的多是黄酒、果酒、药酒。如你所知,相当于今天十几、二十几度的黄酒,烫着喝才够味。需要温酒的客官切勿着急,已经吩咐几个美嫂专门开了雅间,置了炭炉,只管给客官们温酒。

宋朝时喝的酒度数有多高呢?现在普遍认为十多度,武松在三碗不过岗的小店连饮的是十八碗土酒,大概也就是这个度数,但是,这在当时已经是绝对的海量了。

以酒为媒,邂逅美好生活

■ 易初 王莹

极品啤酒、极味料理、极佳环境、极美音乐,四大特色的惊喜汇集,满足了都市年轻消费者生活中渴望寻找的乐趣和惊喜。旨在成就“新中产”时尚生活入口’的青岛啤酒旗下时尚品牌——TSINGTAO1903 酒吧,走过六年光阴,当之无愧“百姓第二客厅”。

消费者的欣然认可推动了这一时尚链条的布局加速。近日,“TSINGTAO1903 酒吧”,先后入驻青岛万象城和凯德 MALL 两大城市地标,全新推出 TSINGTAO1903 LAB 和 1903 青岛酒馆主题门店,并持续在上海、西安、苏州、济南等地开设多家新店。

邂逅美好 你的时尚生活入口

作为中国连锁啤酒吧开拓者和领跑者,TSINGTAO1903 酒吧全国签约门店数已经超过百家,覆盖全国 52 个城市。据青岛啤酒相关负责人介绍,“签约 100 家只是一个新的起点,未来 TSINGTAO1903 酒吧会覆盖全国更多的城市,成为‘时尚生活的入口’,成为中国领先的酒吧连锁品牌。”

TSINGTAO1903 酒吧提供当日下线的、新鲜正宗的全系青岛啤酒,沉淀一批又一批的发烧级啤酒客。懂酒爱酒的人们,在这里,相识、相交、相聚,直至形成了相伴的社交圈子,最终成就了 TSINGTAO1903 酒吧庞大的粉丝群。世界金奖、限量版、新上市的各种青

宋人喜饮酒,无论是文人士子还是凡夫百姓,人生得意须尽欢,适合高唱离歌。对于笔者这种二两微醺、三两胡说、四两尽兴、半斤醉倒,但是喜欢“拎壶冲”的酒鬼和吃货,亦不自觉地假想自己能够穿越时光,琴棋书画诗酒花,柴米油盐酱醋茶。美酒美食“清平乐”,梦回大宋舌尖行。



由于宋代中国还没有掌握高度白酒(蒸馏酒)的酿造技术,度数很低,很多比现在的啤酒还低,这就是为什么武松喝十八碗酒,还能打死老虎的原因。

下酒菜异常丰富

当然,在温酒的间隙,最好吃点美食小菜压压酒。

宋代酒肆的菜谱太多太杂,不信去翻翻《梦粱录》,参考一下宋高宗和秦桧的宴单。宋人笔记小说往往谈到吃食便忘乎所以,白日梦一般自说自话,令人垂涎三尺。

《东京梦华录》“饮食果子”条,《梦粱录》“分茶酒店”条、“面食店”条、“荤素从食店”条,《武林旧事》“市食”条,都罗列有一个长长的美食、小吃、点心名单,抄也抄不过来。今日五星级大饭店菜谱上的名目也未必有那么丰富。

宋代酒肆的下酒菜丰富多彩,菜名既有趣又好听,什么“红丝水晶脍、软羊羹、旋炙猪肉、鲊脯……”,光看这些文字,客官们便食指大动、酒虫入脑,不觉心痒难耐。

果子配酒成一绝

宋代的果子配酒亦是一绝。《水浒传》里智取生辰纲一节,水泊英雄们即靠着枣子喝酒解暑。司马光在《训俭示康》一文中就记载

了父亲请别人喝酒时的场景:“酒酤于市,果止于梨、栗、枣、柿之类。”

司马光的父亲可谓节俭,餐桌上的水果也是比较常见的那种。

据学者统计,“橘子、香蕉、葡萄、荔枝、栗子、橄榄、橙子、杨梅、枇杷、柿子、杏、枣、梨、桃……”这些水果在宋朝的果子铺里也都能买到。

当然越是稀奇的水果,价钱也越贵。在酒席中出现各类稀奇果子,一方面显示主人财力的雄厚,另一方面也显示出主人对客人的重视。

宋代的官方宴会曾有详细的记载:“皆以红面青墩黑漆矮偏钉,每分列环饼、油饼、枣塔为看盘,次列果子。惟大辽加之猪、羊、鸡、鹅、兔连骨肉熟为看盘,皆以小绳束之。又生葱、韭、蒜、醋各一碟,三五人共列浆水一桶,立杓数枚。”这是《东京梦华录》中关于宋代皇帝寿诞之日皇家宴会的记载,从中我们不难看到果子的身影。有的果子我们今天还在食用,就拿查条来说吧,它就是我们平时所食用的山楂条。

对酒逢花畅饮

说到“舌尖上的大宋”,最绕不开的人物就是大文豪苏东坡。能写下“明月几时有,把酒问

青天”的苏大学士竟然还是美食家、酿酒师。

耳熟能详的美食“东坡肉”就出自苏东坡之手。他曾用一首《食猪肉诗》来说明烹制东坡肉的关键:“慢着火,少着水,火候足时他自美。每日起来打一碗,饱得自家君莫管。”

除了美食之外,苏东坡还亲自酿酒。他曾以蜜酿酒,写《蜜酒歌》一诗,并在《东坡志林》中记录过酿造方法。他还酿造过桂酒,写有《桂酒颂》,他酿酒还作记录,写总结,《东坡酒经》仅数百余言,却包含了制曲、用料、用曲、投料、原料出酒率、酿造时间等内容。

苏东坡爱酒,但没有沉溺于酒。在他的诗文中,也甚少借酒浇愁的内容,他在饮酒赋诗时写下的多是对生活的赞美和祝福。《虞美人》就是最好的例子:“持杯通酌天边月,愿月圆无缺。持杯复更劝花枝,且愿花枝长在,莫离坡。持杯月下花前醉,休问荣枯事,此欢能有几人知,对酒逢花不饮,待何时?”

苏东坡虽然仕途不顺,命运多舛,但一直没有放弃自己对美食的追求和对生活的热爱。也许只有这样坚强豁达的灵魂,才能写出那样热爱生活、豪迈奔放的词作。

月光如水,繁星点点。一炉檀香,素手抚琴,新雪煮茶,暖炉温酒。参史明志,借古观今,美食情事,对月独饮。梦回大宋“清平乐”,不亦快哉。



酒香不怕巷子深 探访“张万和”酿酒古作坊

■ 路过人间

6 月的宜宾,天仍亮得特别早。刚蒙蒙亮,一走到宜宾市区东浩街街口,一股浓浓的酒香便扑鼻而来。“这是五粮液飘出的酒香,匠人早就开始上班喽……”看到我们驻足,街边晨跑的居民随口说道。循着愈发浓郁的酒香,我们探寻到了老街深处的“张万和”古作坊。

“千岁土窖千载酿,五粮琼浆五洲香”,古作坊大门两侧的对联赫然醒目。在宜宾老城区,类似的古作坊有 8 个,均属于五粮液 501 酿酒车间,分布于不同街头。由于酿酒师傅上班早下班晚,附近居民很多都是枕着酒香入眠,闻着酒香醒来,日日沉浸在白酒的芬芳中。

据介绍,该作坊始建于 1399 年,已连续使用了 621 年,现有酿酒窖池 20 口,共约 500 平方米大小。

透过“张万和”老作坊大门,一群娴熟的匠人正在忙着装甑。从小闻着酒香长大的张师傅在这里工作已近十年,如今已经是各酒坊间优中选优的“种子选手”。“因为家人在五粮液工作,从小就对五粮液有着特别的感情,现在作为五粮液的传承者,自己特别自豪。”他说,酿酒师要精通传统白酒酿造工艺并不简单,如果对酿酒没有感情,是耐不住这个行业的艰苦寂寞的。除了踏实肯学外,对酿酒工艺有悟性是成为优秀酿酒师的必要条件。酿酒工艺是代代传承的技术,师父领进门,修行在个人,年轻人用心琢磨老师傅传授多年的酿酒经验,才能少走弯路,达到“传帮带”的目的。

宜宾自古便有“有男不进武糟坊,有女不嫁烤酒郎”一说。但现在,新生代酿酒工人已越来越多,其中有不少“五二代”“五三代”接过祖辈世代传承的酿酒技艺,走进酿酒车间,在坚守中成就传奇。

我就在这里

——酒诗系列之一百四十五

我是高原雄鹰
却不能自由飞翔
抖落的羽翼
折在深宫高墙

我是雪域之王
却不能爱我所爱
相思的痛苦
洒满高山峡谷

我就在这里
任梵音缭绕
可是我心深处
深深牵挂远方

江山专栏
每周酒歌
Weekly oenopoetic

在各类各级媒体发表文章多篇,出版有诗集《与梅对视》《五十年》
供销社,中国科普作家协会会员,四川省作家协会会员,江山市本名蒋川龙,现供职于四川省南充市嘉陵区

中央举措诗传
我就在这里

跃州 金芮/摄影