

桃源云谷

## 桃源洞里啤酒味

谭圣林

上个世纪80年代,我听闻湘东的炎陵县桃源洞有虎豹猫,出没于500年的红豆杉银杉之间;听闻有想称霸王的山猴子,闪现于银杏榉木枝上……总之,桃源洞是一个听起来生机勃勃、热闹非凡的神秘王国。

也是这份好奇心使然,在一个夏季周末,我们一行5个青葱男生,凭着共享单车上过井冈山的底气,下午放学后骑车沿着发源于桃源洞的沟水旁的砂石路,一路逆流而上。那时没有带水杯或矿泉水的概念,渴了就趴在河边牛饮。我们陆续与稻田、桃园、竹林擦身而过。天色渐渐暗下来,山的背景越来越模糊,空气越来越清凉。

40分钟后,我们约莫骑行了15公里,到达桃源洞山脚下的南流村。5个人已是气喘吁吁,腹中空空。眼前隐约有些蚊子骚扰。各自摸出口袋里几块几毛的散钱,摆在一起,在路边一个小门市部买了10个发饼,还剩1块钱,老板半卖半送给了瓶啤酒。

大家一手推着单车,一手捏着发饼,边走边吃。约定喝完两个发饼,再5个人平分这瓶啤酒。因为在之前,我们都未尝过啤酒的味道。盖子是用牙齿蛮蛮咬开的,牙酸还出了血。安坛子出的钱最多,让他尝第一口。突然“噗”的一声,安坛子吐出来大喊:“吃不得,吃不得!”

“不可能吧?我来试试看。”六胡屏住呼吸,喝了一口,边吐边给差评,“一股潮水味。”

“我嗓子都快干成公鸭子的了。你们嫌弃,给我润润喉咙。”挖斗一把接过啤酒瓶,咕咚一大口,吞了下去,半晌,冒出一句,“估计是过期了,变质了吧。”

“你们不是糊弄我吧?”愣子年龄个头都是最小的,生怕别个玩心眼蒙他。他喝了几口,半信半疑地说:“我听别人说过,第一次喝啤酒确实是一股怪味。应该是你们的嘴巴臭,混在一起,弄成一股酸臭味。”

我算是保守的,最后验证,果然难喝,像过餐的菜汤。估计是老板把我们当哈宝,卖假啤酒,难怪那么便宜。早晚得,那1块钱多换两个发饼吃,还划得来些。

剩下的半瓶啤酒,被安坛子丢进了垃圾桶。那一晚,我们在安坛子一个远房亲戚家落脚。无心探究桃源洞原始森林中纠缠的老树枯藤,深洞峡谷里漫游的飞禽猛兽,我们在一瓶啤酒的若干个负面猜想中,沉入梦乡。

啤酒,当然没半点问题,而是年少的我们,

像未完全开化的桃源洞原始领地一样单纯懵懂,“不知有汉,无论魏晋”,没见过山外的山,怎晓山外的滋味。

十几年后的一个暑假,乘坐旅行社的大巴车再上桃源洞,这里已经升级为国家级森林公园。砂石路提质改造为柏油白线,因为炎陵西有神农始祖安寝,桃源洞还喜得一美名:神农谷。

看山放水,看龟饮瀑,看石抱树,看茶出道,看苔湿地,看诗回旋,看屋遭风,最后看菜干饭。我们选中的是一家客家腊味。大块放光的蒸腊肉,韧性耐嚼的腊腊子,片片飘香的腊猪肝,剁椒姜丝火焙鱼,脆嫩薄嫩烟熏笋,配上柴火木甑饭,绝味没得治了,味蕾一下被妥妥地征服。腊味菜偏咸,加上天气热辣滚烫,冰啤酒成了大家加持的又一绝配,直呼爽歪歪。

啤酒依然是多年前我们几个小伙伴“喝吐”的那一款,不过我早已适应那种先苦后甜冒泡的麦芽醇味。直到大家光盘散场才发现,饭店所谓的冰箱,居然是屋后一个天然的泉水洞,里面码放着啤酒和生鲜菜品,俨然一个专柜。

“我们这里不需要冰箱,东坑瀑布珠帘瀑布流下来的泉水,凉骨头,免费使用哟。”老板颇有几分自豪。难怪说,张家界的山,桃源洞的水。

今年休假,驾车再上桃源洞,洗手洗脸洗脸心洗肺,让珠帘瀑布负氧离子刷新全身后,又被面目一新的客家硬菜刷新了舌尖,由早些年腊味下饭菜唱主角,切换到鲜味营养菜为招牌。

民宿老板推荐了啤酒鸭和啤酒鹅两大爆款。他说,炎陵白鹅在古代,是朝廷贡品,“春鹅秋雏,冬葵温韭”,鹅在汉代成为富贵人家的珍馐,现在已是全国农产品地理标志,县里有十几个白鹅养殖基地。炎陵土鸭是大河小溪原生态放养,选作食材也很讲究,不像城里用的是养殖场淘汰的老母鸭,也不是那种肥油肉柴的胡鸭,而是挑选刚换毛羽毛丰的子麻鸭。二道菜甚至无需焯水,山茶油爆炒,本地新鲜辣椒姜蒜组合杀腥,再借鉴城里大厨的做法,冲几瓶啤酒增色增香,更猛的,洗一杯高度白酒点火,出炉一锅醉醉鸭。

沾酒不开车。却忍不住手撕牙咬,左右开弓,午餐啤酒白鹅,晚餐啤酒土鸭,餐餐之后,若在民宿住上一晚,打着啤酒嗝,回味曾经在桃源洞的几个啤酒心结。

现代诗

原载《文艺窗》

## 我的情感

玉珍

在两棵树中间,有颗很大的月亮  
平时我没这样注意它  
那么圆而美妙,并不是我们创造的  
在两种时间,或两个人  
两种生活的中间,月亮永恒不变  
当我移动,或走得越来越远  
越来越孤独  
仿佛要走到它的位置上去  
那光芒突然陌生、奇异了  
像某天夜里我猛然望向圆镜  
一切没有改变  
像月亮总在那位置  
一种永恒,但不是人创造的永恒  
在它的圆形下行走有限至恒  
并且你将在任何地方仰视那光辉  
如果你还记得  
在所有树的顶端曾有一颗月亮  
那绝对是生命  
那种美其实是我的情感



情感。配图/左骏

原载《智慧株机》

## 我有一台老电驴

汪波



我的电动车。配图/左骏

电驴者,我的电动摩托车是也!它有一身白绿相间的皮肤,驰骋在大街上时格外醒目,不管停放在哪儿,总可以让人一眼发现,被女儿戏称为“小白”。

从2016年算起,小白已经“服役”近八年,早就超出了电动车正常的使用年限。保险杠、后视镜、储物箱已然“下岗”,灯光不亮,喇叭不响,座椅、电瓶、轮胎、刹车……能叫得上名儿的部件,几乎都换过,用“老掉牙”来形容十分贴切。

这些年来,“小白”载着我穿行在公司、学校和家之间,称得上任劳任怨,可年纪大了,毛病自然就多。首先是续航能力的衰减,以往充一次电跑个三十多公里没问题,现在最多只能跑十公里,所幸几个地方离得不远,勉强能撑几个来回,可稍不注意,就得开启“人工驾驶”模式,靠双腿来驱动,为此,没少被周边的“车友”笑话;其次是速度的下降,一般也就每小时20公里,再高一点,一些零件开始有杂音;再有就是多年的风吹日晒,跌打损伤,驾驶上失去了灵活性,亲朋好友借后返还时,第一句话就是“这车不好骑,晃得像打摆子,以后可真不敢用了。”

也许是我感觉迟钝,抑或是习惯成自然,竟始终没有察觉,总是颇为“纳闷”地反问:我觉得还好啊,你们应该是不适应吧?但无论如何,最后的结果就是,“小白”成了我的“专宠”。谁提到它都摇头,唯有我一脸宠溺。

因为我有些夜盲,“小白”的工作时间被严格限定在了白天,一到晚上,无论什么事,我都不去“劳烦”它,宁可步行。因此,它跟着我,也就脱离了加班之苦,成为了一位名副其实的“逍遥散仙”。

女儿作为“老客户”,也常抱怨“小白”:座位太小,坐起来还没有外公的舒适。这点我当然知道,但岳父的第一辆电动车几乎和小白同时买,八年间,他已经换过3辆,一方面固然是用得更多,另一方面,他的消费观念与我不同,会全面考虑安全、舒适、续航、维护等多种因素,因此,更新得快。而我信奉的是一句西方谚语:Don't change if it's not broken.(东西没坏,就先别换。),不管是衣服、鞋袜、碗筷等日用品,还是电脑、手机、手表等电子产品,只要还能“坚持”,我都会尽量用下去。我常常告诫女儿:现在的东西不是少了,而是多了,家里根本放不下,以后除了书,其他的只能出一进一、进一出,最好是多出不进,不要像玩具、本子、笔似的,堆得到处都是,看着脑袋都疼。

其实,我嫌东西多只是一个借口,更重要的是,跟“小白”在一起的年头久了,产生了一种难以割舍的情感,也就是俗话说的“敬而远之”。这些老旧之物承载了我的青春和回忆,每一块斑痕、每一处磨损,都是岁月的印记,是时光赋予的沧桑质感,它们独特、有趣、充满魅力,与我更加亲近、融洽,就像“小白”一样,伴着我从而立走进不惑,陪着女儿从幼儿园升入了小学,跑遍了田心的大街小巷,见证了田心的飞速变迁。

随着今年3月1日电动车新政的实施,小白终将退出我的生活,可它的故事已经永远留在了我的心里。剩下的时间里,它依然可以陪着我走街串巷,听我悠然地哼唱:我有一台老电驴,我现在还在骑,不管以后在哪里,我总能把它想起……

## 万物

责任编辑:朱洁 美术编辑:左骏

生活提醒

## 吃不完的饭菜,在冰箱可以放多久?



冰箱食物。AI制图/左骏

吃不完的炒菜、主食等放进冰箱保鲜,是大家常见的做法。然而冰箱并非“保险箱”,并不能抑制所有细菌生长,只是延长了食物的“保质期”。吃不完的饭菜如果储存不当或再次食用时没有加热处理,都可能会导致食物中毒或其他食品安全引起的健康问题。

吃不完的饭菜,什么时候可以放冰箱?在冰箱里可以放多久?再次食用时要注意什么?

## 冰箱并不“安全”

很多人认为,把食物放进冰箱就万事大吉了。实际上,把食物放进冰箱后,附着在食物上的细菌并没有死去,而是缓慢生长,而且存放的时间越长,滋生的细菌越多。

有些嗜冷菌,如单增李斯特菌、小肠结肠炎耶尔森菌、假单胞菌等,在4℃温度条件下仍能生长繁殖,达到致病剂量。此外,沙门氏菌和金黄色葡萄球菌,也曾在家用冰箱中被检出。

如果食用了被单增李斯特菌污染,又没有经高温彻底加热的食物,就会出现发热、腹泻、呕吐等感染症状,导致食源性感染,尤其对孕妇、新生儿、免疫功能低下的人危害更大。

单增李斯特菌广泛存在于自然界中,主要通过食物经粪口途径传播。前几年,美国报告了14起李斯特菌病暴发案例,被污染的食品有西瓜、奶酪、冰淇淋、沙拉、冷冻蔬菜、火腿肠等。

所以,为防止冰箱内的食物被细菌污染或出现较严重的污染,冰箱要定期清洁、消毒,特别是冰箱门、封条等部位。

## 食物什么时候放进冰箱?

通常,吃不完的饭菜应尽快放入冰箱中,最多不要超过2个小时。如室温超过32℃,则不应超过1小时。

食物中可能引起食源性疾病的细菌,在温度适宜、营养丰富、潮湿的环境中会迅速繁殖。对于较热的食物,可以先用适当

的容器或保鲜膜密封,等晾凉后再放入冰箱,这样可以减少食物在冷却过程中被细菌污染的风险。如果饭菜的量较大,可以考虑分装成几份,以加快冷却过程。

在将食物放进冰箱的时候,最好是生食和熟食分开包装、存放,避免生食污染熟食,也防止串味;尤其是鸡蛋,由于壳上有许多细菌,更要装在保鲜袋或者保鲜盒里,密封起来,最好单独放在冰箱的某个区域。

## 食物在冰箱里可以存放多久?

放入冰箱里吃不完的饭菜,最好在2天内吃完。如果无法在2天内食用完,可以将其冷冻保存。

不同的食物,在冰箱中的保存时间也有区别,比如蔬菜,尤其是叶类蔬菜,建议在烹饪后尽快食用,如果需要放在冰箱里最好不要过夜保存。

烹饪后的绿叶蔬菜在存放过程中容易产生亚硝酸盐,在体内与蛋白质分解产物结合会产生亚硝胺,具有致癌性。尽管冷藏可以减少亚硝酸盐的产生,而且致癌风险与亚硝酸盐的摄入量有关,但我们还是应尽可能地少摄入亚硝酸盐,每次做一够吃的量。

米饭、馒头、葱油饼、面包、饺子等富含淀粉的主食,由于淀粉容易发生老化(老化的适宜温度是2℃~4℃),也就是变干、变硬,老化后的淀粉,不仅口感变差,在人体内的消化吸收率也随之降低。吃不完的主食可以装入保鲜袋冷冻保存,以延长保质期、防止干裂。冷冻保存的主食最好不要超过1个月。

螃蟹、鱼类、虾类等海鲜易变质,建议当餐食用完毕,尽量不要隔夜。如果需要长时间保存,建议分装后放入冷冻室。

汤、粥类,如果剩得比较少,一般密封好后放冷藏即可,如果剩得比较多,比如用于做菜调味的高汤,可以放在冷冻室,延长保质期。

## 再次食用时要注意什么?

吃不完的饭菜最好不隔夜食用,比如中午没吃完的饭菜,尽量晚上就吃掉。如果食物是隔夜甚至存放了好几天,再次食用前,要先检查食物是否有异常的色泽、霉斑、发黏或异味,如果有变质的迹象就不要食用。

在冰箱放过的食物,最好彻底加热后再食用,不要稍微热一下食用。如果没有将食物加热到足够的温度,细菌可能无法被杀死,仍然存在食物中,这会增加食物中毒的风险。比如单增李斯特菌,虽然十分适应寒冷,但是对热却非常的不适应,其在加热至60℃至70℃后经5分钟至20分钟可杀死。

对于酱汁、炖菜、汤和肉汁,最好将它们完全煮沸,搅拌至少3分钟,以确保彻底杀死细菌。

吃不完的饭菜也不要重复加热。食物在每次加热和冷却过程中,都可能会为有害细菌的重新生长、繁殖提供合适的温度和时间,这样一来,下次加热饭菜时,就更难杀死所有存在的病原体。此外,重复加热也可能让食物中的亚硝酸盐含量剧增。

总的来说,冰箱为我们保存食物提供了便利,但如果我们不能合理利用冰箱保存吃剩下的食物,再次食用前不注意加热,很可能导致食品安全问题。

(来源于“健康禅知机”微信公众号)

科技前沿

谷歌新算法  
应对AI“自信满满地胡说八道”热搜第一、网络爆火——  
氯雷他定  
到底是种什么药?

胡钰

进入春季,很多过敏性鼻炎患者又难受了,为缓解症状,不少人紧急掏出“氯雷他定片”。这两天,“氯雷他定”的话题登上微博热搜,引发大家围观。氯雷他定到底是种什么药?

## 氯雷他定是抗组胺药

氯雷他定是抗组胺药,除了抗过敏,它还会被用于荨麻疹、过敏性鼻炎、蚊子叮咬后出现明显瘙痒等。

当人们有荨麻疹、过敏性鼻炎等情况,身体的免疫系统会释放一种叫“组胺”的物质,然后和身体里的组胺受体结合,才会让我们出现瘙痒、打喷嚏、流鼻涕等不适。

抗组胺药,顾名思义,是可以阻碍组胺和受体结合,让组胺不能发挥作用的药物。

一百多年以前,科学家发现组胺,不久发现它在过敏反应中的作用。关于抗组胺药,意大利药理学家达尼埃尔·博韦发现了第一种具有抗组胺作用的合成化合物,可以保护豚鼠免受组胺诱导的过敏反应,但因为该化合物的毒性,并没有应用于临床,不过为后来抗组胺药的研发奠定了基础。

## 抗组胺药≠抗过敏药

抗组胺药,指的是阻止组胺发挥作用的药物,组胺不仅参与过敏反应,还会参与其他疾病的发生,所以抗组胺药除了过敏时可能用到,其他疾病也可能用到。

抗过敏药,在药理学上并没有这一分类,通常是很多药物的汇总,指过敏时用的药物,除了组胺,过敏反应还会有其他身体内的物质参与,不同情况选择的药物也不同,比如全身性的过敏反应会首先使用肾上腺素治疗。

但是日常中因为我们经常在出现过敏症状时使用抗组胺药,所以会误把抗组胺药和抗过敏药画等号,其实它们只是存在一些重叠。

## 用抗组胺药需要注意什么?

虽然抗组胺药应用于很多疾病,但是用药是个权衡利弊的决定,需要结合具体人群、疾病等使用。

使用抗组胺药时,我们可以注意下面这几点:

不同的疾病可能有一样的症状。每次出现一样的症状不一定是同样的疾病,比如过敏性鼻炎、普通感冒都可能出现打喷嚏、流鼻涕等症状。如果是过敏性鼻炎,可以使用抗组胺药缓解症状,但普通感冒不推荐使用。

同一种疾病可能有不同的病因和发病机制。对于过敏性鼻炎,虽然抗组胺药能减少瘙痒、打喷嚏,但对鼻充血(鼻塞)的疗效不如糖皮质激素喷雾剂。所以慢性症状、更严重症状的患者,或者如果使用抗组胺药出现不良反应、更喜欢局部治疗,建议优选糖皮质激素。对于荨麻疹,抗组胺药也不是全部都有效,比如肺炎支原体感染引起的急性荨麻疹,抗组胺药就可能无效,这种情况可能要考虑使用阿奇霉素等抗菌药物。(来源于“科普中国”微信公众号)



AI机器人。AI制图/左骏