

野生枞菌 大山深处的绝美珍馐

文/本报记者 潘鑫 图/湘东哥

生活在大山里的张家界人，总会得到大自然的一些犒赏，在这片土地上生长出来的绝美珍馐让人吃过就难以忘怀。枞菌就是其中之一。提起它，从乡村到城市，几乎无人不晓。

在张家界，除了冬季，只要雨水充沛，大山里必然有枞菌生长。捡枞菌像是依山而居的专属福利。大雨过后，枞菌会从哪片山地冒出来，这里的人了如指掌。有时，微信一呼，亲朋好友便一起加入捡枞菌的队伍。他们提着大桶或竹筐，半天功夫就能收获一顿美味的枞菌大餐。

枞菌学名松乳菇，又名重阳菌、雁鹅菌，是真菌的一种，属红菇科、乳菌属。枞菌按颜色分，分乌枞菌和红枞菌；按生的季节分，分三月菌、六月菌和重阳菌。一般来说，三月菌、重阳菌是乌枞菌居多，而六月菌几乎都是红枞菌。红枞菌虽然颜色好看，但相比于乌枞菌味淡一些，鲜味稍次。而乌枞菌则是鲜美清爽、香气扑鼻，是真正难得的上上品。

作为一种纯天然的珍稀名贵食用菌类，他的营养价值很高，被誉为菌中王子。研究表明，其富含粗蛋白、粗脂肪、粗纤维、多种氨基酸、不饱和脂肪酸，核酸衍生物，还含有



维生素B1、B2、维生素C、维生素PP等元素，能强身、益肠胃、止痛、理气化痰、驱虫及治疗糖尿病、抗癌等特殊功效，是中老年人理想的保健食品。

枞菌的生长需要具备四个基本条

件，即适宜的山区海拔、马尾松树、沙性壤土、雨水。因此，虽然我国地大物博，但枞菌分布主要分布于湖南省、湖北鄂西地区与湘西接壤域、湖北境内大别山区域、贵州地区和湘西接壤区也有少量生长。正因如此，枞

菌才弥足珍贵，常常成为湘西人宴请亲朋的硬菜。

枞菌炖肉是最常见的吃法，新鲜猪肉、腊肉、土鸡都可以与其搭配。它味道柔和，口感较脆，香味浓郁，烹饪时不可以盖锅盖，在烹饪时很远都可以闻到香味。枞菌炖猪肉可算是菜肴中的极品，香甜可口，回味无穷。枞菌炖土鸡，味道鲜美，营养价值也高，是养生进补佳选。

新鲜枞菌不宜保鲜，于是本地人又将其加工成了一种上等的佐料菌油。菌油是高级调味品，内含丰富的蛋白质、维生素和矿物质，其味清香鲜。加工菌油要选择肉质厚实、新鲜嫩小的枞菌，尤其以乌枞菌最佳。汤菜、面食中加上一匙半勺，看着鲜，嚼着香，那种美味实在无法言说。

传承五代的点翠技艺：从“守正”到“创新”

新华社记者 周润健

位于天津市和平区建安书院的工作室，是李靖最喜欢待的一个地方，在这里，他会放下生活中的各种琐事，偷得浮生半日闲。李靖是白氏点翠修复与制作技艺的第五代传承人，一位90后。

看着手中的点翠残件，我会想它有什么样的故事，有时还会发呆一会儿。我喜欢这种奇妙的感觉。在工作室里，他这样对记者说。

点就是点点贴嵌，翠就是翠鸟的羽毛，点翠工艺是一项中国传统的金银首饰制作工艺，美丽的翠羽起着点缀美化金银首饰的作用。明清两朝的皇后凤冠、嫔妃头饰，就采用翠鸟羽毛作为装饰。谈及点翠工艺历史，李靖如数家珍，娓娓道来。

白氏点翠修复与制作技艺，是由白义臣于天津创始，传承发展并自成一派。历经五代传承，至今已经走过了160余年的历史。白氏点翠修复与制作技艺非常复杂，分为制胶、辑翠、刮青等多道工序，每一道工序都需要极强的耐心和毅力。

我姥姥白克纯是第三代传承人，她把手艺传给了我妈妈，我妈妈又传给了我。从小耳濡目染，李靖也顺理成章地学起了这门手艺。

随着全社会对生态环保的日益重视，李靖将注意力更多地放在了点这一技艺上。除了利用点翠残件上的羽毛外，我开始大量使用其他一些替代性的原材料，如鹅毛、孔雀羽毛等，来制作点翠首饰，其中就包括为一些传统戏曲的旦角演员制作点翠头面等。李靖说。



李靖在自己的工作室进行点翠修复（7月31日摄）。新华社发

妈妈将海日生残夜，江春入旧年作为案头诗句，时刻提醒自己要有创新传承，勤加钻研，认真学习。妈妈的这种态度也深深地影响了我。李靖说。

有一次，李靖的妈妈修复一个银鎏金发簪，李靖觉得她修得太慢了。趁着一个午休，李靖悄悄地拿出工具，本想露一手，没想到却干砸了。妈妈醒来后大发雷霆。点翠，需要精湛的技术，一颗沉稳的心，你学了一点皮毛就如此浮躁，太令我失望了。妈妈的话，让李靖羞愧难当。事后我

才知道，同样色调的鸟羽不好找，而妈妈好不容易找到并且精心剪裁，却被我弄坏了。李靖说，这件事对我触动很大，一辈子也不会忘。

我家里收藏有百余件点翠老物件，我正在对它们进行修复，将来我要办一个展览，把这些点翠艺术品展示给大家，让更多的人了解点翠技艺。李靖说。

在李靖看来，只有与现代生活紧密融合，才更有利于非遗传承保护和发扬光大。为此，他开始尝试独立或与他人合作制作一些有创意的文创产



模特展示李靖修复的点翠首饰(6月27日摄)。新华社发

品，如点翠戒指、手镯、化妆镜等。

作为新时代的非遗传人，在守正的基础上，必须要创新。李靖坚定地说。

白氏点翠修复与制作技艺现在还是区级非遗项目，李靖正在准备申报市级非遗项目。

近年来，全社会对非遗保护越来越重视，对我来说是赶上了一个好时代。我坚信，白氏点翠修复与制作技艺在我手中一定会再放光彩。说这句话时，李靖信心满满。

新华社天津11月18日电