元宵节话汤圆

潮汕的“鸭母捻”，其实就是汤圆。历史不算悠久的汤圆，在广袤的中国大地，还有其他名字，比如元宵、汤团、浮圆子……这些名字都好理解，或者是根据其外形，或者是因为元宵节而取名，逻辑都没毛病，倒是英文把它直译为“soup round”，“汤”和“圆”的组合，令人捧腹，译为“rice dumpling”（用米做的小面团），似乎更贴切一些。

一、汤圆与元宵

也有人坚称北方所说的元宵与南方所说的汤圆不是一回事，这个说法也有道理，因为两者的制作工艺确实有很大的差别。

元宵在制作上要繁琐一些：

首先需将和好的馅切成小块，过一遍水后，扔进盛满糯米粉的笸箩内滚，然后再过水，继续放回笸箩内滚，反复几次，直到馅料沾满糯米粉，滚成圆球方才大功告成，也就是说，元宵是摇出来的。元宵吃起来表皮劲道，馅儿也有嚼劲。摇出来的元宵，糯米粉之间不紧密，煮的时候部分糯米粉会析出，导致煮出来的汤会比较黏稠，有点儿像喝米汤的感觉。

汤圆的做法有点像包饺子：

先把糯米粉加水和成团，用手揪出一小团，捏成圆片。挑一团馅放在糯米片上，再用双手边转边收口做成汤圆。包的馅料可甜可咸，可荤可素，甚至可以吃到用猪肉、火腿、虾米等做馅的汤圆。汤圆表皮光滑、口感细腻，由于馅里脂肪和水分多，所以汤圆被咬破的那一刹那，馅料会像流沙一样流出来。汤圆是包出来的，糯米粉之间比较紧密，有些地方还用开水和糯米粉，糯米粉糊化形成紧密链接的网状结构，不容易析出到汤里，所以汤圆煮出来的汤比元宵清亮。

二、汤圆始于南宋

不论是叫汤圆还是叫元宵，这种食物都必须用糯米做皮，形状是圆的。按此标准，在南宋之前未见它的踪影。南宋之前，中华文明的重心都在北方，以面为主食才是主流，产量很低的糯米很难找到表现的舞台，更不要说在年节这些重要日子里露脸了。

直到北方少数民族的铁蹄把汉族政权赶到南方，南方的米制品才有表现的机会。南宋周密在《武林旧事》卷二“元夕”一节中，记述了杭州城元宵节日吃食：

“节食所尚，则乳糖圆子、鼈（饣白）、科斗粉、豉汤、水晶脍、韭饼，及南北珍果，并皂儿糕、宜利少、澄沙团子、滴酥鲍螺、酪面、玉消膏、琥珀饧、轻饧、生熟灌藕、诸色花缠、蜜饯、蜜果、糖瓜蒌、煎七宝姜豉、十般糖之类。”

这里所说的“圆子”，就被认为是今日之汤圆，虽然没有指出糯米粉这一关键材料。好在南宋人陈元靓《岁时广记》卷十一做了“补充”：“煮糯米为丸，糖为臛，谓之圆子。”《岁时广记》是一部节日时俗的百科全书，“糯米为丸，糖为臛”，已经指出了糯米，“臛”就是馅。

南宋政治家、文学家周必大有一首《元宵煮浮圆子前辈似未尝赋此坐间成四韵》：

今夕知何夕，团圆事事同。
汤官寻旧味，灶婢诧新功。
星灿乌云里，珠浮浊水中。
岁时编杂咏，附此说家风。

周必大是南宋高宗朝的进士，官至吏部尚书、枢密使、左丞相，封许国公。周必大从政四十五年，以宰相之尊主盟文坛，与陆游、范成大、杨万里等名家交游频繁。他初学黄庭坚，追摹欧阳修，在南宋中叶的词臣中居于领袖地位，在校勘、刻印书籍方面也颇有建树。这首诗，通篇没有“汤圆”二字，幸好标题内容十分丰富，不仅有“浮圆子”（即汤圆），还说“前辈似未尝赋”，就是以前诗人似乎还没有留意，没有“赋”过。

(C)1994-2022 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. http://www.cnki.net

三、先有汤圆，后有元宵

汤圆最早始于南宋，这个结论没有毛病，但那时的汤圆，究竟是包出来的，还是摇出来的呢?

写《岁时广记》的陈元靓，还写了《事林广记》，在“新法浮圆”中，介绍了四种圆子制法，均以糯米粉为主料:

糯米三升，干山药三两，一处捣粉，筛治极细，搜圆，如常法，急汤煮之，合糖清浇供。其丸子皆浮器面，虽经宿亦不沉。一法用芋子磨烂，和粉搜治，亦浮。又有加绿豆粉为衣，入百沸汤煮，亦浮。然不若用鸡子清搜粉为愈，每供止用麝香、些子。揩匙头，甚省力也。

第一种方法，取三升糯米粉配三两山药捣碎，筛成极细的粉，加水调和制成圆子，下沸水煮熟后，佐糖食用。第二法，将芋头磨碎，加糯米粉团成圆子，煮食。第三法，先以糯米粉团成圆子，外面裹上一层绿豆淀粉糊。第四法，以糯米粉加鸡蛋清调和，制成圆子。这种办法最快捷省力。这四种方法，都是包的，就是今天的汤圆，只是没有馅料。

至于摇出来的元宵，则要等到明朝。明朝太监刘若愚在《酌中志》中记载了明代宫廷正月十五日食俗:

吃元宵。其制法，用糯米细面，内用核桃仁、白糖、玫瑰为馅，洒水滚成，如核桃大。

这种“滚”元宵的制法，自此风靡北方，流传至今。做法是固定了，但叫法可不固定。民国初年，北方的“元宵”忽然被改叫成“汤圆”，1916 年，袁世凯做了洪宪皇帝，“元宵”谐音“袁消”，袁皇帝下令“元宵”改称“汤圆”。有人后来写了打油诗，调侃其事:

诗吟圆子溯前朝，
蒸化煮时水上漂。
洪宪当年传禁令，
沿街不许喊元宵！

四、煮汤圆，有学问

大师傅董振祥先生回忆自己刚入行时摇元宵，为了贪便宜，别人的元宵是正常蘸三次水的，他们摇元宵的占点小便宜，蘸多几次水，摇多几次面，比别的员工分的元宵大多了，回家煮元宵，从晚上十点煮到凌晨一点，不论如何点水煮开，就是煮不透。看来，煮汤圆，还真不是件容易的事。

首先，汤圆不能太大，如大师傅刚入行时一样摇汤圆，怎么煮都难煮熟。有的地方和糯米粉，用的是开水而不是冷水，就是让糯米粉迅速糊化，处于米熟状态，这样煮起来省事多了，糯米粉也不容易析出跑到汤里，汤水也可以更加清澈。

其次，要开水下汤圆，这是为了避免汤圆粘到锅底。如果冷水下汤圆，汤圆迅速坠入锅底，糯米的黏性很其强，就容易粘锅。开水下汤圆，翻滚的开水把汤圆往上顶，减缓了汤圆下坠的速度，同时让汤圆表层迅速糊化，就不容易粘锅了，再拌以勺子轻轻推散，既避免粘锅糊底，又可以避免汤圆结成一块。

再者，文火煮汤圆，其间要点冷水，使水始终处于似开未开的微沸状态，这样可以避免汤圆煮破，等到所有汤圆都彻底浮起来就可以了。水煮汤圆，热量的传递总是先到达汤圆表面，再深入汤圆内部，直至汤圆馅料。外面很快就熟，里面却不一定；包汤圆或摇元宵时会把空气包进去，随着加热，空气膨胀，汤圆皮会被内部较热的空气撑起来，这导致了原来直接接触的皮和馅料被空气层隔开；有了空气层，传热便由皮和馅料之间的直接热传导，变为通过与空气层的对流换热再传到馅料；由于热阻更大，热流量减小，这会降低传热效率，影响汤圆内部的加热；在滚开的水中加入凉水，可以使得水温骤降，汤圆内部的气体遇冷收缩，汤圆皮与馅料重新贴合，对于馅料的加热会更高效地进行；如果一直保持加热而不加入冷水，加热效率低，汤圆馅料被长时间加热的同时，汤圆内部空气也在不断被加热，有可能由于过度膨胀而撑破皮；当汤圆被彻底加热，内部的空气也会受热膨胀，这会导致原来浮浮沉沉的汤圆总体积变大，受到的浮力变大，直至汤圆能克服自身重力完全浮到水面，这也意味着汤圆熟了。

一粒小小的汤圆，来历不小，想煮好汤圆，还不是件简单的事。至于亲手包汤圆或摇元宵，相信现代人已经没有了那份闲情逸致。在营养普遍过剩的现代，汤圆高糖高淀粉高热量，更是让人喜欢不起来，能买来一袋速冻汤圆，元宵节应一下景，已经是对传统的最大尊重了。

(C)1994-2022 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. http://www.cnki.net