

自古以来，饮食就是时代的一面镜子，小餐桌最能体现社会经济大发展。从五六十年代的匆忙裹腹，到票证年代的有啥吃啥，再到九十年代的吃啥有啥，继而到今天的吃出品位、吃出健康，达城人的餐桌发生天翻地覆的变化。



70年回眸 味蕾记忆见证“舌尖上”的变迁 从“吃饱”到“吃好”再到“吃巧”



1949年-1978年 物质匮乏

“解放前，我们家兄弟姐妹多，吃饭真是个大问题，常常是饥一顿饱一顿，一年到头吃个白面馒头都是奢望。母亲怕饿坏了我们兄妹几个，往往趁歇工的时候，到山上采一把苦菜叶带回家，晚上偷偷地给我们开小灶。每当浓香扑鼻，我们便知道是母亲在煮野菜汤。兄妹们就蜂涌进厨房，流着口水眼巴巴地望着母亲和那口正腾腾冒着热气的缺耳锅。甜滋滋地分享完美餐，我们就高兴地唱起歌儿。那时苦菜虽苦，我们谁都没有感觉到，说得准确些，是我们忽略了那种苦味，只有香味。”年逾7旬的张婆婆忆起孩提时代这样说道。张婆婆告诉记者，解放后，父亲进了合作社，有了收入，家里的日子也一天天好起来，她们几姊妹至少不会在半夜饿醒，偷偷起来捞泡菜坛子了。



时间进入1970年代，糖票、油票、肉票、粮票……在当时的孩子眼里，那些纸票“全都能吃”。在那个物质匮乏的年代，萝卜、红薯、南瓜一度成为餐桌上的主菜，并代替了粮食，一碗酱油拌饭成为不少孩子心中的“人间美味”。“当时几乎每家每户都会腌制咸菜，只有逢年过节餐桌上才会相对丰盛一点。”市民刘先生告诉记者，偶尔有重要的客人，才会去店里买点猪肉来招待。那个时代的符号很相似，推开不同的门，每张餐桌上的菜肴是相似的；每个房间家具摆设是相似的；人们的穿戴是相似的；对生活的渴望也是相似的。他们的理想很简单：吃得像个人样。



1979年-1990年 可以吃饱

“那个时代农田承包到户，终于家里有了剩余的粮食，孩子们可以放开肚皮吃个饱，一大碗一大碗的白米饭。但是家里还是很难得有肉吃，一个月吃上一两顿就算不错了。老咸菜还是家里的主要菜品之一。”家住南城的李蓉回忆起当时的情景，66岁的她还是感觉到很温暖，终于可以吃饱了。



改革开放后，从饥饿走向温饱的中国人，终于结束了大家抢着吃的时代，可以随心所欲的想吃多少就有多少了。餐桌上也偶尔呈现出前所未有的丰盛。尤其到了80年代中后期，在城市居民的菜篮子中，一年四季都可以装满各种各样时令蔬菜水果。从初期的粮油、副食品敞开供应开始，所有的票证都被逐出历史舞台时，也预示着一个新“饮食”时代的到来：以往逢年过节才端上餐桌的红烧肉，已经慢慢开始增多。每个人都有一个明显的感觉：我可以吃饱了。

1991-2012年 种类更丰富

随着改革开放的深入，老百姓的餐桌也悄然发生着变化，进餐馆尝尝鲜不再是遥不可及的事情，谁家喜庆事，都愿意在饭店摆几桌，又省事又有面子。那时候刚时兴自助餐，很多市民都要去尝一尝。“自己过生日，一家人高高兴兴地去吃自助餐，既为了饱口福，又为了庆祝生日。可是每位38元的价格实在不低，大家都想着得对得起那些钱，可是没管肚子的感受，一顿饭吃下来，全家人肚子几乎都鼓了，溜达了一大圈才消下食去。”市民张丽一想起第一次享受自助餐的经历就禁不住笑出声来。

再往后，餐饮业发生了翻天覆地的变化，达州市民可以品尝到全国各地的蔬菜水果，涮羊肉、烤肉等新鲜的餐饮模式进入达城。老地方、知味苑等大中型酒楼渐渐走红，受到达城市民的热捧。中餐已经难以满足市民的口味，吃惯了油条豆浆、稀饭包子等早餐的市民，偶尔也会去德克士、肯德基点上一餐西式早餐，牛排、比萨、日本料理、韩国烧烤等纷纷进驻，不出国门便能吃遍世界。同时，已经从餐桌上消失的粗粮又意外地受到了食客的青睐，重新成为饭桌上的新宠。人们的感受是这样的：我可以吃个花样了。

2013年至今 吃营养吃健康

“我儿媳妇天天跟我说，菜要吃新鲜的，每天少买一点，不要放在冰箱里。咸菜、霉干菜、腊肉少吃，吃过后还要吃点土豆、蕃薯。烧菜盐少放点，油少放点，多吃粗粮，七八分饱就行……这样吃才会更健康。”尽管可能不理解，但说起这些王蓉还是一脸的幸福。麻辣小龙虾、香辣蟹、水煮鱼，都是这个时代的餐桌文化。当今一半以上的都市人都把水果纳入每日健康必备品。大批商家针对市场，及时推出各种“自然绿色系列食品”，理由是清新健康，当然最重要的是，卡路里含量够低。牛奶的发展进入巅峰时期，纯牛奶、脱脂牛奶、加钙牛奶应有尽有，数不胜数。过去的人们喜欢买冷冻室大的电冰箱储存鸡鸭鱼肉，现在也开始讲究食用富于营养的鲜活食品。蔬菜要吃新鲜的，粮食要吃该年的，鸡鸭要吃一秒钟之前的，鱼肉要吃欢蹦乱跳的。带着露水的嫩黄瓜，空运来的鲜荔枝，放在餐桌上还在甩尾的活虾，叶子翠绿的鲜桃，人们在市场上挑剔的目光，越来越多地落在鲜货上，而不是价格上。什么食品有营养，什么食品能防衰老，什么食品搭配能够保持身体的酸碱度平衡，成为人们津津乐道的话题。“吃鲜货、吃生态、吃健康！”成为人们饮食的新时尚。

□本报记者 蒋金洪