

为什么我们现在都叫山药而不叫薯蓣？



薯蓣 (Potatoes) 为缠绕草质藤本, 别名为山药、淮山药、土薯等, 其块茎呈长圆状, 垂直生长, 长达1米, 新鲜时断面呈白色, 富粘性, 干后白色粉质。薯蓣主要分布于河南、河北、山西、山东以及中南、西南等地。

薯蓣原产于山西平遥、介休, 这里的地理环境适宜薯蓣的生长, 它主要生长于山坡、山林谷下等野外, 还有一些是依靠人工栽培的。一说薯蓣有可能很多人不知道是什么, 但是一说山药应该没有人不知道的。

关于这一个问题: 为什么现在的人都说“山药”而不说“薯蓣”? 其实在这背后是有历史原因的, 下文将做详解。

大部分人都只将薯蓣作为一种美味的食物, 只知道这种食物很有营养, 薯蓣的确很有营养价值, 这主要是因为薯蓣不仅是食物, 它还具有药理功效, 所以说薯蓣滋补身体毫不夸张。薯蓣中含有粘蛋白以及淀粉酶等物质, 且含量较为丰富, 常食用的话具有强身健体、延缓衰老等功效。

薯蓣的果期是在7-11月, 可以煎汤也可以煮食, 口感甚佳。通过现代临床实验研究表明山药还具有降血糖等功效。

山药的历史十分悠久, 因此中国古代对于山药有着广泛的运用。在《本草图经》中有这样的记载: 薯蓣, 今处处有之, 以北都、四明者为佳; 《本草疏证》中载: 薯蓣, 主伤中补虚羸, 即补中益气力也。下面我们来了解一下薯蓣的故事。

薯蓣——山药: 寻其名字演变历程

山药是一种生活中常见的菜品, 入嘴有粘稠的质感, 不论是清炒还是入汤都别有一番风味。榆树在我国有着悠久的种植历史, 早在《山海经》中就有了关于山药的记载, 在《山海经》中称其为“菰葛”。

而“薯蓣”这个名字是来源于我国最早的医药学专著《神农本草经》。在这本书中又称其为“山芋”。现在我们几乎不叫山芋, 叫的最多的仍然还是“山药”, 因为有一种山芋也叫番薯, 但是这两个是不一样的品种。

之后在《吴普本草》中又称山药为“玉延”。从我们现在的称呼可以看出, 基本上已经没有人称薯蓣这个名字了, 叫的更多的是山药, 这也是有其历史原因的。

据说是为了避唐、宋两位皇帝的讳而不叫薯蓣的。宋代的寇宗奭在《本草衍义》中写道: “山药, 本名薯蓣, 因避宋英宗之讳(曙)、唐代宗之讳(豫)而改称山药”。

这样的叫法和称呼延续到了今天, “山药”成为大家常喊的名字, 而“薯蓣”更多的是在书中出现。

中国人起名字一向是一个大的学问, 对植物起名都有这么深的学问在其中, 更何况人名。有很多孩子的名字就是家人专门的人起的, 还要花上不少的钱, 因此起名这件事在中国也形成了一种独特的文化。

对于中国这样一个“诗”的国度, 自然界的任何事物都可以入

诗, 从天上的“鸿鹄”、“安雀”再到水底的鱼儿, 无一逃过是人的眼睛, 托物言志是一个常用的手法。在地上生长的山药也广泛的存在于中国古代大诗人的笔下。

有的人是单纯的描写山药的外表以及生长环境, 还有的人借山药来抒发自己的情感与志向。薯蓣在中国历史悠久, 将其入诗自然不是怪事, 正表现了它深受古人的喜爱, 甚至要将其入诗, 要将其好好地描绘一番才能表达出它的喜欢。

其中不少诗人直接将“山药”二字作为诗名。下面来看一看元代的一位著名诗人王冕的一首诗:

山药
山药依阑出, 分披受夏凉。
叶连黄独瘦, 蔓引绿萝长。
结实终堪食, 开花近得香。
烹庖入盘馔, 不饷大官羊。

这首诗是以“山药”作为食物的角度切入的, 描绘其外形特征以及生长的环境, 最后回归到山药的鲜美滋味上。表达了对山药这种食物难以言表的喜爱之情。前四句对上药的描写仍然颇具诗意。

宋代还有一位诗人张翥同样以“山药”为题, 不过与王冕的切入点就已经不一样了, 我们不妨来具体看一看:

山药
人无本则忧, 物以地为贵。
如何山芋辈, 天下称宋卫。

这里称山药为“山芋”, 而且在这首诗中, 作者并未在就山药本身着墨太多, 主要是借山药这种植物抒发一种爱国情怀。

此外还有陆游、宋之问以及韦



应物等人将“山药”入诗, 可见山药在中国古代是一种很广泛的食材, 处处都有, 反观当下也仍然是这样, “山药”是桌上常见的一道菜。

薯蓣的传说故事
传说古代在一个叫汤阴的农村, 这里住着一对心肠不太好的夫妇, 这位妻子总是盼望着婆婆早亡, 于是每天就只给破皮一碗稀粥, 希望以这样的方式让婆婆早点离开世界, 用现在的话来说就有“虐待”倾向了。

由于每天都喝稀饭, 久而久之, 婆婆浑身上下开始无力, 最终卧床不起。这件事让村里的一位老中医知道了, 他就想出一个办法, 老中医把这对夫妇叫过来, 给了他们一张药粉, 并说, 将这个药粉掺在粥里面, 保准婆婆活不过百日。

这对夫妇回去之后就按照这个方法去做了, 让他们没有想到的

是, 十天之后, 婆婆就可以下床活动了, 三个月之后老人竟然被养的白白胖胖的, 面色也红润了起来。婆婆身体好了之后, 在村里逢人就夸自己的媳妇好。

后来, 这对夫妇总算知道了老中医的良苦用心, 于是想起自己曾经对婆婆的态度, 懊悔至极。老中医告诉他们, 那个白粉就是“山药粉”。这个山药粉不仅挽救了老婆婆, 同时也拯救了这对年轻夫妇的心。从此, 山药的这段佳话流传至今。

总之, 薯蓣是一种适合大众吃的食物, 滋补效用和药理效用兼具。薯蓣的种类有很多, 从外形上看就有长山药、扁山药以及圆山药等; 从肉质上分哈游水山药和绵山药两种。当然, 山药的种类远远不止这几种。每个人都可以根据自己的口味进行选择。



CHINA GARDEN RESTAURANT

汉宫

11333 Woodglenn Dr Rockville, MD 20852

301.881.2800

每天中午点心推车服务, 港式点心, 任君选择
全天候免费提供停车位(汉宫正门斜对面停车场)

大华府地区
最富丽堂皇的大酒楼

欢迎各规格的宴席、独立雅座包间预定
6-122

yanzinoodle.com

燕子螺蛳粉

柳州

华府首家正宗柳州螺蛳粉店

万里寻家之味, 燕子翩然提来

电话: 301-777-8888

***本店另有广西其他风味特色小吃, 燕子私房菜供君选择

New York Mart MD(中国城超市内) 15108 Frederick Rd Rockville MD 20850

OPEN HOURS:
10:00am-8:00pm
全年无休

6-121

现有充值优惠活动!
具体折扣详情请扫码咨询