

“挑”进寅时(3:00—5:00)

菜贩邓友春:

城市“早行人”唤醒菜市场

■文/图 衡阳晚报全媒体记者 李 境



选菜。

菜贩邓友春的一天，比一般人开始得更早。

“老伙计，该干活了。”8月18日凌晨3点，65岁的邓友春轻拍五菱宏光的车门。

发动车子，仪表盘的灯光映出他眼角的皱纹。后备箱里，六个编织袋码得齐整。中控台上压着手写的计划进货单：“土豆60斤、大蒜40斤、青椒30斤……”字迹歪扭却清晰，边角还圈着“豆腐4点半取”。他踩下油门，车速慢慢提起来。

凌晨3点15分，西园菜市场已经热闹起来。

邓友春停稳车，揣着手慢悠悠转起来。他眼扫过每个摊位，不时驻足查看。东北角的土豆堆得冒尖，中间的青椒格外鲜绿，最里头的蒜子筐敞着，紫皮泛着油光。转了一圈，心里已有了数，才往土豆摊走去。

“老邓，就等你呢！”摊主刘师傅热情地招呼他。邓友春蹲下身，捏起一颗土豆在指腹上蹭了蹭：“芽眼浅，适合饭店用。”他掏出那页手写进货单，对着核了核：“要60斤。”

“62斤，算你2块5一斤，多的当送你了。”刘师傅把土豆往秤上放。

“刚看东边摊2块4，老主顾了，怎么还贵些？”邓友春笑着答道。

“就你精！算你2块4。”刘师傅飞快挑拣，把带斑的全挑到一边，“给饭店送菜，卖相得过关。”

转到青椒摊，邓友春捏着椒蒂对着灯仔细看了一眼。“带露水的，1块9一斤。”青椒摊老板说道，“知道你给单位送，得挑周正的。”

“西边摊1块8，你这贵了。”他晃了晃手里的手写单。

“我这是本地棚里的，你闻这味！”两人拌着嘴。

1995年，邓友春和妻子从衡阳县农村进城，以贩菜为生，持续了30年。市场里的摊主已经和他相熟，讨价有时不过是老熟人间的玩笑。

“饭店做凉拌菜要用，紫皮的卖相好。”选完生姜、毛豆、丝瓜和大白菜等，他绕到市场角落的调料摊，补了五斤红皮小洋葱。进货单上，要买的菜全都

被圈上了。

装车时，邓友春的动作带着章法：土豆放最下面，垫张硬纸板防磕碰；大蒜子装进网袋，挂在车厢侧壁；最上层留着空筐。“菜一旦破了相，就只能低价处理，认赔。”

“以前骑电动三轮，一路颠得黄瓜全是疤。”他拍了拍车厢，“现在这面包车，稳当多了。”

凌晨4点15分，面包车拐进易赖街AI智慧农贸大市场。过减速带时，邓友春特意点了点脚刹——怕筐里的菜晃散了。妻子胡运桃已在摊位前忙碌，手里的笔在单据上画着勾，说道，“饭店临时通知加了10斤茄子，你去补点本地的。”

邓友春应着，卸完货，拖着拖车转身往市场后门走。那里的菜农总带着沾泥的本地菜。“张叔，带刺黄瓜有新摘的不？”他蹲在菜农三轮车旁，拇指蹭过瓜身的尖刺，露水沾湿了指腹。

“2块一斤，自家园子今早摘的。”张叔往秤上添了装好袋的黄瓜，“看这花还鲜着呢。”

邓友春这次没有还价，顺带还要了10斤茄子、3个冬瓜。“这季节菜新鲜，客户就认这个。”挑茄子时，他专捡茄柄带露水的，“水分足，炒出来才香。”

凌晨5点，第一缕晨光已经照在市场的铁皮顶棚，邓友春又爬上了面包车。“先去三公里外的饭店，再跑五公里外的单位。”对于送菜的路线，他早就规划好了。“送完菜10点回来，午饭后换班补觉，倒下就睡。”此时的副驾驶上，摆放着的豆腐筐还冒着热气。

城市“早行人”邓友春的生活，日复一日，年复一年，但他其实顾不上工作的单调和乏味，更在意“老赖”：“给有些单位送菜，把钱拖着，迟迟不给！”

30年的菜贩生涯，邓友春两口子的收入算不上高，但也支撑起了全家生计。他表示知足常乐：“从人力三轮车到电动三轮车，再到如今的面包车，日子是慢慢好起来的。”

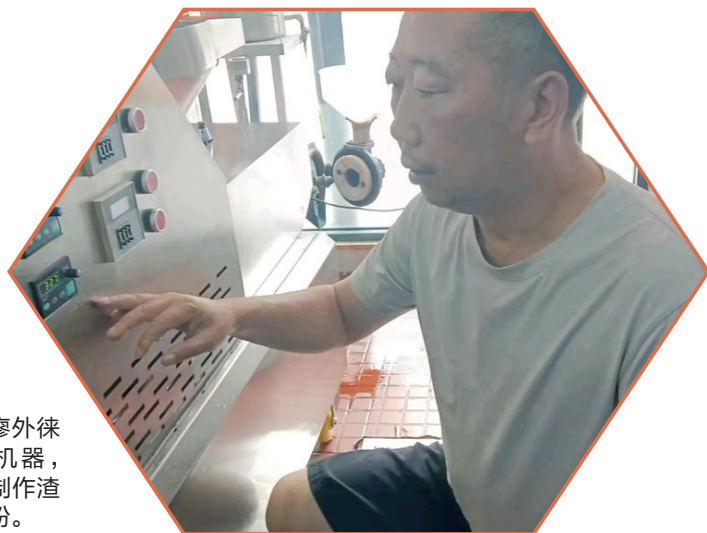
他揉着肩膀说：“趁能身体还好，多挣点，防老！”

碗中卯时(5:00—7:00)

米粉店老板廖外徕:

“让‘衡阳味道’被更多人记住”

■文/图 衡阳晚报全媒体记者 颜艳妮



廖外徕操作机器，准备制作渣江湿粉。

8月14日5点多，天还没亮透，清晨的空气裹着香味钻进街边的小店，铁勺与瓷碗撞击的脆响叮当作响。这是属于衡阳人的闹钟。无论是晨练回来的老人，还是脚步匆忙的上班族，大家默契地挤进米粉店。

“老板，来碗汤粉，加个蛋！”“煎蛋还是茶叶蛋？”

“一碗卤粉打包，多放点花生米。”这样简短的对话，是衡阳米粉店的日常声响。二两米粉，搭配上自己喜欢的榨菜，大多数衡阳人的一天是这样开始的。

然而，对于米粉店老板廖外徕而言，他一天的开始还要更早。

“开店之前，我就在米粉厂工作，和米粉打了20多年的交道，对这一行比较了解。”廖外徕告诉记者，自己还希望能够把在厂里学到的对米粉品质的把控经验用到实际经营中，让更多人尝到正宗的渣江米粉。

2023年，蒸湘区华兴街道上，多了一家王家鲜榨米粉坊。

“为什么叫这个名字，一来这里是老王家湾，再者我老婆也姓王。”廖外徕介绍，店里有汤粉、卤粉，还有常德炖粉。不过卖得最好的，也是这家米粉店的特色，就是鲜榨渣江米粉。

为了这份“鲜榨”的好滋味，他要提前2—3天开始准备。“精选当地优质籼米，经过浸泡发酵以后，将其研制成米浆。在发酵过程中，米粉的酸度、含水量等，都需要亲自把关，稍有不慎就会影响口感……”说起做米粉的小窍门，廖外徕滔滔不绝。

为了解决湿米粉不易保存的问题，他索性将小米粉机搬到了店里。这样从将发酵好的米浆倒入机器中，到新鲜出炉的米粉马上过水烫熟、出锅，整个过程不超过3分钟。廖外徕表示，现做现卖的米粉不仅爽滑弹牙，还有一股淡淡的米香。

备好了米粉，这份“衡阳味道”里的也不能缺少另一位重要“嘉宾”——汤头。

“咕嘟——咕嘟——”大骨汤在铁锅里翻涌，掀开锅盖，鲜香味扑面而来。

来。“得让骨头熬个个把钟头，骨髓才会融进汤里。”廖外徕说，通常凌晨4点左右，店里就已经架上锅，一边开始熬汤，一边准备各种配菜。“只有这样，每天正式营业的时候，才能保证所有的准备工作都已经做好了。”

5点30分，米粉店开门营业，一拨又一拨客人走进小店。操作台上，廖外徕和工作人员忙开了——先给米粉“过水”，竹篾捞箕在沸水锅里浮浮沉沉；随后，将烫好的米粉倒进已经装好骨汤和肉沫的瓷碗里，撒把葱花。顾客再根据自己的口味来点爽脆可口的配菜，一碗清汤粉便有了灵魂。

早上7点多，廖外徕米粉店迎来客流高峰。抓着包子油条进来的上班族，要一碗粉打包带走；路过的市民坐在小桌边，嗦粉的声音此起彼伏；刚从菜市场回来的老人，边吃边整理篮子里新鲜的蔬菜。小店里氤氲出满满的烟火气。

直到将近上午10点，客人逐渐少了。趁着休息的空当，廖外徕开始吃早餐。“做早餐店怎么可能不辛苦？每天起早贪黑，平时就算是头疼脑热，也得撑着开门，扛得住的人不多。我现在因为身体原因，偶尔来店里帮帮忙。”说起开店的不易，他深有感慨。

“之前我们是全天营业，但是三四个人实在是忙不过来，所以现在每天到中午12点就暂停营业了，一天也能卖出200多碗粉。”廖外徕告诉记者，即便春节期间，也只休一天，正月初二又照常开门。

“虽然辛苦，但是也乐在其中。每次听到顾客说粉好吃，心里就特别高兴。”他说，自己不是为了开店而开店，而是希望能将这家小店当成“衡阳味道”的展示窗口，让家乡味道被更多人记住。

太阳在天空越爬越高，廖外徕米粉店锅里的汤还在慢慢熬着。明天凌晨4点，这里的灯还会亮起。就像过去那些数不清的日子一样，在衡阳的晨曦里，在升腾的热气里，续写这座城市的烟火人间。