

• STORIES WORTH TELLING •



今天是“武汉日常”每日书的第六篇，不论是否身处武汉，人们似乎都开始对食物，尤其是蔬菜，的供给有了无可名状的担忧。在上海，不少人每天零点守在App前等着抢购蔬菜。今天的作者是武汉的安格，她写下了在封城期间自己和伴侣对“囤粮”这件事情的讨论。究竟这是未雨绸缪，还是过分的担心？

作者：安格

坐标：湖北武汉

职业：自由职业者

武汉的天还是灰蒙蒙的，连带着远处的楼房都好像笼罩了一层薄纱。从33楼往下看，整个城市仿佛停滞一般，没有车，没有人，只有灰色的雾霾笼罩下来，静止了时间。

当生活局限在一个密闭的空间里后，许多事情变得简单起来。睡觉和吃饭分隔了一整天的时间，因为没有别重要的事情要做。

漫长的睡眠后，是做早饭、吃早饭、洗碗，中间的事情记不清了，但到了时间便要开始做中饭，吃中饭，重复这样的过程。吃完晚饭快9点了。不过才9点，已经觉得这一天快要结束了。

关于这场肺炎的战争，关于武汉市限行，关于武汉周边小城市乃至国内有哪些其他城市开始封城，这些消息也不会像最开始那样，让人觉得恐慌了。疫情地图上增长的数字终于变成了数字本身，湖北依旧是地图中那块近乎酱色的区域。

在朋友圈里转发着各种信息，微信里联系着各种能提供资源的人，拼命地想要有一份参与感，关在牢笼里却总想要付出点什么，我们所拥有但别人没有的。

或许对一线的工作人员来说，能够自己做饭洗碗，就已经是一种奢侈了吧。

沉重完了，下面来点轻松的：

试问，人与人之间的差异化在什么时候会觉得特别大？大概是无所事事又不得不待在一起的时候吧。

一场突如其来的自我隔离，让我和阿欢不得不第一次尝试24小时吃喝拉撒都捆绑在一起，且不知这样的生活何时能结束。哪怕我从一开始就明白我和阿欢的差异，但真正经历起来还是觉得“非常需要磨合”。

生活习惯差异就不一一列举了，因为实在是太多。比如我习惯晚上洗澡，阿欢习惯早上洗澡；我做完饭喜欢顺手把台面收拾一下，吃完饭也习惯立刻把碗碟收进厨房，阿欢却习惯在吃完后很久不得不动弹的时候再收拾...就连做个饭也可以挑出几百个不同，我嫌阿欢炒的东西太干，他嫌我切的东西太厚，诸如此类。

但最可怕的不是生活习惯，而是思想上的差异。

我是一个，说好听了叫做“未雨绸缪”，说难听了就是“容易神经紧张”的人。阿欢却很心大，用法语说就是“vive la moment”活在当下。于是在武汉还未封市前，我就已经开始在家里囤积粮食。封市后的几天我也因为酒精不够或是家里补给不足而焦躁万分。而阿欢全然没有察觉，有什么吃什么，一点也不会为还未发生的事情发愁。

这样的不同，就让我们在我们在做饭食材的安排上产生了巨大的分歧。如果是我做饭，那么怎么把剩下的食物和临期的食材用掉是最大的目标。

②

在大年初一的早上，我们吃了用前一天剩下的米饭炒的蛋炒饭，为了开源节流，一大锅米饭我只用了一个鸡蛋和一根腊肠，但加了不少不用就要坏掉的叶菜和洋葱。

同天晚上，阿欢受不了我的“拮据”，接替了做饭任务，豪气地把冰箱里所有存着的五花肉都卤了，（全然不顾我心里早已盘算好一部分拿来炒一部分拿来红烧），还在我强烈要求把快要坏掉的黄瓜用掉时，直接磕了两颗蛋做了一道黄瓜炒蛋。

不仅如此，他还在已经有肉的胡萝卜牛油果肉片里加了一根腊肠，这在我看来也是极大的浪费！虽然最后吃的很开心的也是我，但两个人三个菜，在现在这种封锁隔离的情况下，是完全没有必要的！

才是“隔离”的第五天，我已经和阿欢开始“两看相厌”。我不由得觉得那些个战争年代的爱情故事，大概也是距离产生的美感，霍乱时期的爱情绝不是两人关在同一间屋子里隔离就会产生的，只有“遗憾成了终古，才会思念到了如今”。





(南瓜腊肠粥)

前天餐食的主题，就是消灭掉快要坏掉的南瓜。于是用南瓜和腊肠（只许用一根）做了一个南瓜腊肠粥。然后用20分钟去磨了豆子，做一杯手冲。隔着窗子跟我的城市干个杯，说一声加油！





但到昨天，家里的菜快没有了。哪怕已经尽量节省，家里的生鲜蔬菜还是快吃完了。

在吃的方面，阿欢比我挑剔，我是不管什么都可以往嘴里塞，只要不饿的类型。但他遇到不合口味的食物，明显就感觉没什么胃口。为了依着他的习惯，我们这几天尽量都是炒两个菜，一荤一素，哪怕这样我也可以明显感觉出他正餐没怎么吃饱，到了半夜又叫着要吃宵夜。

苦了他几天，今天特意从冷库拿出了欢爸之前送来的炖牛肉，准备做一个土豆炖牛肉。



(土豆炖牛肉)

土豆还剩两颗，我挑了上面有裂痕的丑点的那颗来炖。上次的卤五花肉还剩一块，切一半配上半颗包心菜做一个手撕包菜，剩下的半个正好晚上吃。数了数鸡蛋还剩十一颗，于是晚上可以奢侈的磕一颗来做水蒸蛋。有一颗大红薯这几天以肉眼可见的速度蔫瘪了下去，于是也切开配着饭一起蒸了。



（手撕包菜）

封城的第六天，我们的生鲜食材终于只剩下一颗大白菜、一个大土豆，还有一颗牛油果。冰箱里还有少许的冻肉，但没有蔬菜，很难凑成一盘菜。

而我们囤积了大量的主食类食材，有大概6个红薯、4根玉米、3筒面条、一袋半米、十个大馒头和一袋非常巨大的面粉。在后期不出门的情况下，我们可能要变身碳水怪物，以吃粮食为生。这当然好过战乱时期啃树皮吃皮带，但却是我们这代所谓生在“和平年代”的娃最接近生活窘迫的时刻了。

武汉是在非常突然的情况下被封城的，基于我们的窘迫，我早早地就开始提醒其他省市的朋友囤粮食。今天在北京的妹妹一家也终于出动了，看着她们买了一堆的零食饮料还有土力架，我想我应该针对日常居家生活出一个囤粮指南。

零食只会让人发胖，在你狂吃了一天零食后，后面的几天你都只会想要好好地吃正餐，并且会越来越想念正餐。

囤粮指南如下（不考虑南北差异和个人喜好）：



我的“囤货”指南

- 1、主食类：米、面条、面粉、方便面可以适量；
- 2、蔬菜类：超级推荐可以长时间存放的果实根茎类：土豆、胡萝卜、洋葱、黄瓜、西红柿等，你会发现它们既可以单独炒来吃，又可以和肉蛋类各种搭配；叶菜类推荐包裹紧密的包菜、大白菜等，有些叶菜特别干，但是拿水泡一下就可以恢复；
- 3、肉蛋类：五花肉、羊肉、牛肉、鸡腿、鸡翅膀、虾仁、沙巴鱼等都可以，以冻肉为主，方便保存；特别推荐广式腊肠！午餐肉和火腿肠同理，不要嫌弃不健康，一点点就可以配炒饭，让你吃得很好；鸡蛋尽可能多买！
- 4、干货：紫菜、干木耳、干香菇等等，轻便不占体积，发起来也可以凑成菜；
- 5、速冻类：水饺、馄饨、汤圆、手抓饼；
- 6、调味：榨菜、老干妈、橄榄菜等，特别是榨菜，简直不要太百搭；



好了，我似乎把日常菜都说了个遍，但是如果只能选几样，除主食外我会选腊肠、榨菜、土豆、鸡蛋和随便某种肉类。关键就是用途多和好搭配！

祝你们春节不缺粮！

互动话题

在这个春节，你经历了购买不到蔬菜的生活困难吗？欢迎和我们分享你的经历和看法，也请大家关注本地生活资讯，理性度过这段特殊时期。

武汉日常



《预产期还有6天，我在武汉待产的医院被征用》



《“不忘故乡”“因疫情严重禁止一切人员车辆出入”》



《视频麻将，做个美食，武汉人宅着的解压法》



《2020武汉除夕夜：危机、亲情、祈祷》



《50位武汉人，亲笔写下他们“封城”第一天的生活》

关注公众号三明治，点击菜单栏“武汉日常”

可找到“武汉日常”全部文章



本文来自每日书武汉日常班，50名作者正在和我们一起每日记录。

在武汉“封城”第一天，三明治招募了50名人在武汉和家乡在武汉的朋友，一起来用文字忠实记录他们在这个特殊时期的生活日常，并且每天摘录一部分他们的每日书发表。作为大疫情之下的真实片段，为时代留下一点普通人的痕迹。

每日书介绍

每日书是“三明治”发起的一个陪伴式写作活动，各种身份的写作者，无论医生、警察、艺术家、家庭主妇、公务员……都在这个非同寻常的写作社群相遇，每天写下300字，记录真实生活，建立长久写作习惯，抗击拖延症，并获得文字带来的治愈力。

活 动 推 荐



这个世界上，还有一个地方可以倾听你的一切
了解2月每日书详情



微博: **SandwiChina三明治**

豆瓣: **中国三明治**

Facebook: **三明治** / Instagram: **china30s**

投稿邮箱: **tellus@china30s.com**

www.china30s.com

上海 · 愚园路1088弄39号

[阅读原文](#)