

# 吃上这一口软糯的糍糕，在绿水莲湖间家的味道

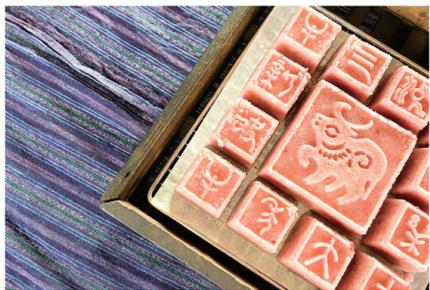


□记者 尹寅 见习记者 竺健楠 摄影记者 夏常青

糍糕是上海一道传统又独特的小吃，代表了许多老上海人儿时过年的

记忆，在青浦大部分青西地区，过年、造房子、办红白大事都要用到糍糕。做糍糕，寓意着年年平安、年年高升，糍糕成为不少青浦人心里的传统的年味。

又到一年新春佳节时，位于练塘镇浦南村的米乐农庄里，杨勤峰一家人正忙着制作传统青浦糍糕……在青浦，过年、造房子、办红白大事都要用到糍糕，寓意着年年平安、年年高升，成为不少青浦人心里传统的年味。



活由丈夫杨桂明承担，爱人杨美珍主要负责炒馅和制作糍糕，作为米乐农庄负责人的杨勤峰则主攻网上订单及网络营销。

“糕”与“高”同音，有节节高的口彩，春节吃糕是青浦年俗中不可或缺的一种饮食文化。”性格开明的杨阿姨说，“以前一到春节，家家户户都要做糕，邻居们还会串门互相帮忙，整个院子里欢声笑语。”

“后来，村里老人有搬走了，有的家里不再用土灶，所以能吃到这一口软糯香甜的糍糕是越来越不容易了。趁我们现在还做得动，就带着儿子一起创业，看着每天能卖出这么多糍糕，心里很是高兴，说明还是有很多人喜欢这一道传统的味道。”

慢工出细活。好味道需要的是老手艺。

以大米和糯米为主要原料，蒸糍糕需要通过淘米、浸泡、沥干、磨粉、手粉、做馅、制作、蒸煮等一系列工序。每天早上，杨伯伯根据要做的蒸糕量，把原料进行淘洗和浸泡，通常大米和糯米的比例是3:1，但是也要根据米的性质，进行适当的比例调整。淘好的米要进行浸泡，浸泡好的原料还要再晾上一定的时间。“这些时间把握都要根据米的性质和天气气候进行随时调整，不然吃口就会不一样。”杨桂明深

“三林塘的肉皮配上自制的咸肉、油炸肉丸、小蛋饺，再加上大白菜、虾等食材，倒入清水或者高汤煮沸后，一道经典的三鲜汤就做好了。”朱旭东介绍：“三林塘的肉皮煮熟后颜色金黄，酥松绵软，特别是吸一口肉皮中的汁水，鲜得眉毛都要掉下来。”

**压轴出场——八宝饭**

在除夕夜，当北方人民端起热腾腾的饺子碗时，浦东人都在拿着小勺吃八宝饭。八宝饭对很多上海人来说，是儿时过年不可遗忘的一次甜蜜回忆，也是成年后过节必备的一份象征着美好的食物。

八宝饭，往往也是年夜饭桌上的压轴菜，寓意团团圆圆、大吉大利和健康长寿，在食材选用上也特别讲究。一碗八宝饭，包含了糯米、红豆沙、红枣、瓜子仁、核桃、松子、蜜饯、蔓越莓八样食材。

蒸好的八宝饭，冒着白烟热气，糯米晶莹透亮。一整个的分量最适合全家人一起分享，一口甜蜜下去，润进内心的是家的味道。

“今年是清美推出年夜饭半成品第五年，在菜品的研发上增添了些许老上海的味道。”朱旭东介绍，“过年想吃点地道的本地菜，但又怕自己做出来的味道不对，选择半成品菜肴，可以省去洗、切、烹饪等一系列繁琐手续，只要将食材简单加热，就能轻松在家里办出一桌“大厨版”年夜饭，还原记忆中的上海味道。”

每天凌晨，一盒盒半成品年夜饭礼盒被搬到400多辆冷链物流车上，陆续从清美集团总部出发，送往清美鲜食门店。

车上搭载的不仅是新鲜食材的味道，也是年的味道，更是家的味道。



# 嘉定外冈的那枝蜡梅，严风含暗香，守冬盼春来



□记者 赵一苇 摄影/见习记者 杜洋城

春节之前，坐落于嘉定区外冈镇墨玉北路的蜡梅基地内金黄绽蕾，暗香浮动。满载着鲜切枝条花商货车正准备离去，一车车蜡梅枝条被送往附近的花卉市场。不少老客户前来选购枝条、苗木和盆景。米基地赏花游玩的市民也络绎不绝，其中不乏装备齐全的摄影爱好者。

市民郑先生是外冈蜡梅的忠实“拥趸”，过年期用年宵花布置居室是他多年的习惯。这位老客户对蜡梅也颇有研究，尤其喜欢蜡梅的香气，在他看来，与梅花相比，蜡梅的花香更加纯净，闻起来幽香淡雅，不世俗，没有烟尘粉气，久闻不腻。蜡梅还有着朴素高洁的美好寓意。外冈蜡梅中，他最喜欢“花蝴蝶”这个品种，不仅花香合意，花色也像琥珀，因此他每年都会特意来基地选购。今年他买了几个小花篮和几捆枝条回去，打算在客厅里摆一盆，卧室里插上几支，有过年的气氛，心情也会跟着好起来。

春节是除旧布新的时节，为居室厅堂装点“年宵花”作为饰品来烘托节日气氛成了人们的一种习惯。由于天气原因，春节期间开放的鲜花种类并不多，外冈蜡梅是为数不多适合上海地区冬季生长的本土花卉，且气味芬芳、造型优美、寓意吉祥，是上海人过春节期间装点厅堂的重要选择。

赏闻香。可借由于种种原因，蜡梅种植面积不断缩减，未成气候。直到2008年前后，嘉定成立了蜡梅花托专业合作社，蜡梅种植得以规模化。以外冈蜡梅名师工作室和嘉定蜡梅研究所为技术支撑，嘉定摸索育种、种植、防病、管理、营销经验，掌握了一套蜡梅鲜切花生产、小盆景修剪、种苗繁育等技术，外冈蜡梅名声见长，还注册了外冈牌蜡梅

外冈蜡梅是为数不多适合上海地区冬季生长的本土花卉，且气味芬芳、造型优美、寓意吉祥，是上海人过春节期间装点厅堂的重要选择。

赏闻香。可借由于种种原因，蜡梅种植面积不断缩减，未成气候。直到2008年前后，嘉定成立了蜡梅花托专业合作社，蜡梅种植得以规模化。以外冈蜡梅名师工作室和嘉定蜡梅研究所为技术支撑，嘉定摸索育种、种植、防病、管理、营销经验，掌握了一套蜡梅鲜切花生产、小盆景修剪、种苗繁育等技术，外冈蜡梅名声见长，还注册了外冈牌蜡梅



# 幽香婀娜的水仙，不仅是年宵花的首选更是



□记者 欧阳蕾妮

春节里，上海人总喜欢在家里摆上一些鲜花来衬托喜庆的节日。兰花过于名贵娇嫩，不好侍候；杜鹃虽花开

艳丽，但香气不足，唯有幽香婀娜的水仙才是心仪的年宵花代表。

春节前两周，是水仙花销售的高峰，每天都有不少熟客开着私家车来崇明百叶水仙花基地购买，有的一

买就是十多箱。一个上午，合作社二代“掌门人”施豪的手机不时地响起，全都是客户打来预定水仙的。

今年，由于疫情的缘故，“一站式购齐年货”的上海新春农产品大联展

春节里，上海人总喜欢在家里摆上一些鲜花来衬托喜庆的节日，幽香婀娜的水仙是心仪的年宵花代表，在崇明百叶水仙花基地，5万头优质水仙花种球用泥土保护好，保存在1℃-4℃的冷库里，确保在5月精彩亮相花博会400平方米的“水仙园”。

不得不取消，合作社为大联展精心准备的5000盆“施家花厢”牌“迷你水仙”一下子没了去处。花开不等人，头脑灵活的施豪立即找到经销伙伴上海龙大花卉市场，将3000盆水仙直接送去。2015年，施豪在龙大市场开了第一家崇明水仙批发店，经过这些年的积淀，客户群逐渐稳定下来。剩下的2000盆，施豪则放到淘宝平台销售，统一售价每盆28元。“每天，光线上就能卖500—600盆。”施豪对所有规格的盆栽水仙一视同仁，哪怕最亲民的“迷你水仙”，一个小盆中，至少要有六个花苞才能出货。每次发货前，他都会仔细检查，剔除受损或发育不良的，并在包装盒里贴心地放上一张养护小卡片。

上几波寒潮来袭，合作社露地栽种的100多亩水仙减产，但借着花博会的“春风”，水仙销量只增不减。目前，百叶水仙花合作社的产品分为两类，一类是走批发市场的大众化产品；一类是走零售市场的高端礼品花。相比批发价二十九元一盆的大众化产品，礼品花更是供不应求。“礼品花只在基地预定，可以现场拿货，也能帮客户发顺丰、京东快递。”2020年，百叶水仙花合作社礼仪礼品花销售额就达到300万元。

在施豪看来，漳州水仙的产量和

# 光影中升腾

湖船”“踩高跷”等随着出灯队伍一起“行街”表演，丝竹班、吹打班也会上街助兴演奏。这几天，街巷灯火通明，烛光闪烁、鼓乐喧天、热闹非凡，活动从傍晚开始到天明结束。热闹隆重的灯会活动推动着罗店彩灯向精致、高雅的层次不断发展。

改革开放以来，罗店镇政府挖掘民间艺术，于1982年举办罗店年会，其中彩灯展览是年会的重要内容之一。1984年罗店彩灯在虹口公园举办了彩灯灯会，受到了广泛的好评。1992年，罗店镇举办了首届元宵灯会，盛况空前。至今，罗店彩灯年会已连续举办十余届，累计参与群众达30余万人。

罗店彩灯名目繁多，大小不一。最大的花篮灯，灯内可同时点燃十余支蜡烛；最长的龙灯有数十米；最高的塔灯叠十三层，天空有挂于风车的鸽子灯；水中有荡漾河面的荷花灯；地面既有固定的座式灯，又有随人行走的流动灯。也有灯充当表演道具，龙灯用于舞龙，花灯用于行进歌舞表演。

传统的罗店彩灯，受材料约束，通常以芦苇制作骨架用纸张裱糊，并有花纸装饰，造型以仿造宝山寺、杨王庙等原型的亭台、楼阁居多，融合了书画、剪纸、雕刻、编扎等手工技艺。如今，彩灯经过改良，以竹、木、铁丝等硬材料制作骨架，以彩色绢布替代花纸装饰，让彩灯更为坚固耐用。

在朱玲宝的工作室，记者看到，彩灯制作通过朱玲宝的传承改良，构架方式已从过去的“绑扎法”演变为更易上手的“拼装法”，便于传承。而彩灯繁复的制作步骤也已通过他的多年实

践琢磨细化为设计、放样、选材、断料、弯折、成型、糊裱、装饰(贴花边等)、绘画(手绘、写上祝福语等)、光源等十个步骤。每一步可采取流水作业，负责断料的按照定下的尺寸排直钢丝，负责成型的将钢丝物成方、圆等形状，交给绑扎组用胶布组装成型，随后由糊裱人员在框架上糊上彩色的绸缎布，并在接缝处装饰花边，贴上摇曳的流苏、彩珠使得彩灯更为靓丽。之后再一。1984年罗店彩灯在虹口公园举办了彩灯灯会，受到了广泛的好评。1992年，罗店镇举办了首届元宵灯会，盛况空前。至今，罗店彩灯年会已连续举办十余届，累计参与群众达30余万人。

