

冬至

且游且食且补的吃货之旅

冬至这天,南方阴冷、北方飘雪,神州大地的老老少少,都喜欢在全年日照时间最短的这一天里,把自己用美食温暖起来。但我们完全可以把今年的冬至,变成一场且游、且食、且补的吃货之旅。我们在冬季览胜之余,好好祭一祭“五脏庙”!

目的地 沪浙

上海和浙江,常常让人分不清,作为1843年才开埠的城市,许多“老上海”本是早几代迁过来的浙江人,而沪浙的习俗,也如同广东话的“糖藕豆”一般,早已经分不清彼此。

【冬至食】

上海冬至吃什么?家家吃汤圆。用糯米粉做成面团,包上各种馅料,可以是咸的精肉、萝卜丝,或者是甜的豆沙、花生等。古人有诗云:“家家捣米做汤圆,知是明朝冬至天。”

赤豆糯米饭也是不能少的。赤豆、薏苡仁、糯米、科瓜籽合蒸熟后,撒上黄瓜丁,一碗清香饱足的主食便有了。

膏方的讲究就更多了。冬至将至,本地著名的雷允上药房天天顾客盈门,要请驻堂老中医把过脉后,再请药店熬制一副



【冬至游】

出游三天,可以游览上海和绍兴两处。上海冬至有祭祖的传统,而上海的各大寺庙里,都会举办浩大的祭祖法会。今天冬至期间,松隐禅寺、西林禅寺都会举行法会,可前往参观。

松隐禅寺素有“浦南第一山”之称,是上海市金山区最大的佛教圣地,始建于元代至正十二年(1352年),寺内华严塔是浦南现存唯一古塔,它也是江南地区较早使用琉璃构件的古塔之一,塔身砖砌,各层有腰檐、平座和围廊;塔檐和平座之下均有斗拱挑托。二层围廊安置格窗,是典型的江南民居楼阁形式;七层塔身外壁镶嵌有彩色琉璃砖雕坐佛像三尊,琉璃坐佛雕砖以绿、黄两色为主调,佛像结跏趺坐,背光、衣饰较多地保留了元代的风格。塔藏中尤足珍贵的要数15颗乳白色、带珍珠光泽的舍利子。

冬至来沪浙旅游,体味江南的萧瑟冬景,吃一碗暖暖的甜心汤圆,喝两杯醇醇的“女儿红”,再到药店里请老中医把脉后定制一副冬日进补的膏方,这才不算辜负了好一片江南。

针对个人体质的膏方,补虚、治病各擅其功,这个冬季,才算是“补对了”。

而在绍兴,花雕是与寒冷的冬天最相衬的一种酒。坐在绍兴的小餐馆里(不需是声名远扬的咸亨酒店),叫服务员上一壶花雕,早年不过8元钱,现在也就二三十元,一只白瓷的酒壶,放在盛上滚水的白锡温酒器中送上来,花雕醇香,闻到已经微醺,呷一口,暖意从喉咙到心肺,让人想起原本不搭的一句广告词来——滴滴香浓!



西林禅寺位于松江华亭老街西端北侧,始建于唐咸通十三年(872),已是千年禅寺。院内有崇恩宝塔,塔身七层八面,高46.5米,砖木结构,塔势峥嵘壮严,三吴诸塔无出其右者,它也是上海地区最高的一座古塔。

绍兴游览,除了到鲁迅故里寻访《从百草园到三味书屋》,邻近的安昌古镇很值得一去。它是绍兴有名的四大古镇之一,始建于北宋时期,建筑风格传承了典型的江南水乡特色,一衣带水,古朴典雅,其特产茴香干、扯白糖远近闻名,是绍兴师爷的故乡。冬日里,社戏是老百姓喜爱的消遣,从下午开始,便可以坐上乌篷船,在摇橹声中慢慢靠近古镇临河的戏台,看一场让鲁迅魂牵梦萦的社戏,体味演员们粗犷豪放、唱腔高昂的古音。

目的地 北京、河南

“冬至不端饺子碗,冻掉耳朵没人管”,在河南南阳,自古至今流传着这样一句民谣。由于冬至这天是一年中夜晚最长、白昼最短的时候,全年最冷季节的初始,在我国北方如北京、河南、东北等很多地区,广泛流传着吃饺子的传统习俗。据说这一天要是不吃饺子,就会被冻掉耳朵。

尽管人人都知这是吓唬小孩的话,但千



【冬至食】

历史原因,北京与河南的冬至,堪称习俗最甚、风味儿最浓。

自古以来,北京城就传承着吃馄饨、饺子、火锅、狗肉、豆腐、年糕、汤圆、赤豆粥等冬至饮食传统。明清时期,每逢冬至,四九城内外还会兴起祭祀祠堂之风,受重视程度,可见一斑。

除了饺子,老北京还有冬至吃馄饨的习俗。有句话叫“冬至馄饨夏至面”,据说与汉朝时匈奴的入侵有关。

旧京街市上,最著名的制售馄饨的店铺是“致美斋”、“馄饨侯”,不仅馄饨皮儿薄而透明,丰富多样的馅料和独到的汤头,都算是精致派京式美食的代表。

【冬至游】

北京城那么大,游览的时间总嫌太少,因而决定去哪儿很重要。若不将到周边滑雪场滑雪计算在内,仅仅一两天的时间,挑几处耳熟能详的知名景点,也可以感受到京派皇家园林冷艳又大气的冬季气质。

故宫在雪后最美,此乃人尽皆知。大雪过后的清晨,趁着雪地未被践踏得沾染上凡尘气息,矗立在白茫茫的天地中,古皇城的红墙黛瓦被晨曦镀上神圣的光晕,将眼前的画面拉近镜头,吸一口清冷的空气,你会更有走进历史的时光交错感。

冬天的北海也不应错过,就像夏天的颐和园。某种意义上,北海算得上皇家冬宫,若赶上正在飘雪,那意境更加妙。

什刹海一带是北京市重点保护的胡同游览区之一,大名鼎鼎的恭王府花园自不必说,穿梭在郭沫若的故宅和梅兰芳的故居,在典型的老北京四合院中感受刹那芳华,都堪称文艺的游览路线。而来到年轻人颇为钟

百年来,人人重视。说到底,还是为了趁冬至这天,一家人暖融融地聚在一起,吃顿热腾腾的团圆饭,让家的温情得以传达和延续。

冬季的北京及以河南为代表的中原地区,白雪皑皑的清冽中,古都的形象更添立体感。厚重的历史文化底蕴,动感的户外赏雪与滑雪,都会让行程格外的有滋有味。



在河南,吃饺子也叫吃“捏冻耳朵”,据说是为纪念南阳医圣张仲景。南阳的后人又称饺子为“扁食”、“烫面饺”。各种馅儿的饺子,个儿大、馅儿足,是河南人在冬至里最好的一口。河南省省会郑州还有“烩面之城”的雅号,在满街的烩面馆,尤其是在老字号“合记”,点一碗羊肉烩面,或到萧记,点一碗三鲜烩面,也许,你会把河南人这一物种看得更加真切。

当然,北京的卤煮火烧、爆肚、糖葫芦等风味小吃,河南的鸡蛋灌饼、开封锅贴、胡辣汤等其他花样百出的面食,都是寒冷的冬天里不怕多吃的美味。

爱的南锣鼓巷,更能感受到老北京最古老街区传统与现代共融的独特韵味——整个南锣鼓巷南北长约800米,东西各有8条各具特色的胡同整齐排列,其中最热闹的要数帽儿胡同。在胡同里,你会发现外地游客尤其是外国人最感兴趣的三轮车。坐在三轮车里慢悠悠地逛胡同,怎么说也要体验一回。还可以在这里的个性小店买些特色纪念品,或是尝尝人气极高的小吃。

从北京乘高铁,小憩一会儿的工夫,就来到位于中原腹地的河南。这里自古即是兵家必争之地,先后有20多个朝代建都或迁都于此,值得游览的古都很多——洛阳、开封、安阳、郑州等。可以说,这是一个遍布深厚历史文化积淀的省份。入选世界文化遗产的龙门石窟、殷墟、“天地之中”历史建筑群,以及著名的嵩山少林寺、云台山,都是冬季游览不可错过的好地方。

(刘星彤)