



流光溢彩闹元宵

火树银花合,星桥铁锁开。元宵节的脚步越来越近了,快跟着记者的镜头去人民公园赏花灯吧!闹元宵,就要“嗨”起来!

据了解,整个灯会由近50组大型精品灯组以及数亿个灯珠组成,分为“巨龙腾飞”、“金鸡送福”、“麒麟献瑞”、“新年送福”、“中华美德”、“成语故事”、“亲子童趣”七大类主题展区,满足不同人群的赏灯需求。

记者注意到,除了规模宏大,此次新春灯会效果也十分炫酷。灯会以“金鸡迎春 祥和市中”为主题,更加注重思路、设计、制作、体验方面的创新,无论是灯组规模还是活动内容都超出以往任何一届。

人民公园里游人如织,大家纷纷拿出手机拍照留念。“这公园花灯我是近年来,今年确实弄的很漂亮,不光有大型灯组,连绿化带里,草坪上也很细心的安排了花灯,很好看。”一位游客对记者说道。(本报记者 周杨)



元宵和汤圆的区别你知道吗?

俗话说,正月十五闹元宵。按中国传统民俗,这天人们除了看花灯、猜灯谜,还要合家团聚吃元宵,寓意新年团圆甜蜜。

说到元宵,不少人以为汤圆就是元宵。其实元宵和汤圆尽管在原料、外形上差别不大,实际是两种东西。下面一起了解元宵和汤圆的区别吧!

北方“滚”元宵

元宵在制作上要比汤圆要繁琐得多:首先需将和好、凝固的馅切成小块,过一遍水后,再扔进盛满糯米面的笸箩内滚,一边滚一边洒水,直到馅料沾满糯米面滚成圆球方才大功告成。

由于制作工艺不同,元宵比汤圆的口感要粗一些。

元宵的馅料相对单一,传统元宵以甜馅为主,馅料多为白糖芝麻、桂花什锦等。

元宵煮后,汤会比较浓,跟糯米面粥似的,表皮松软,馅料硬实有“咬劲”,果香和米香浓郁。

南方“包”汤圆

汤圆的做法有点儿像包饺子:先把糯米粉加水成团(跟做饺子时和面一样),放置几小时让它“醒”透。然后把做馅的各种原料拌匀放在大碗里备用(不须像做元宵那样切成小块)。汤圆馅含水量比元宵多,这是两者的区别之一。包汤圆的过程也像饺子,但不用擀面杖。湿糯米粉粘性极强,只好用手揪一小团湿面,挤压成圆片形状。用筷子(或薄竹片状的工具)挑一团馅放在糯米片上,再用双手边转边收口做成汤圆。做得好的汤圆表面光滑发亮,有的还留一个尖儿,像桃形。汤圆表皮已含有足够的水份,很粘,不易保存,最好现做现下吃了。

汤圆越软滑越好,所以对糯米原料很讲究。要选粘性特强的品种。加工工艺上也有说法,要用“水磨粉”。就是说,把糯米粒用水泡过后,连水带米一起上磨(象磨豆浆那样),而且最好用石磨磨。磨成的粉用纱布袋吊起来沥干,可以冷藏三四天(时间长了会发酸)。可见,好的汤圆很难工业化生产出来,这又是它与元宵不同的一个特点。

汤圆的馅料更为丰富,涵盖甜咸荤素,在传统甜馅的基础上加入肉丁、火腿丁等馅料。

南方的汤圆有多种“流派”,现在最出名的是宁波的“黑洋酥”汤圆。所谓“黑洋酥”就是猪油和黑芝麻粉的混合物,而且猪油不是熬出来的纯油,要用取自猪肚子上的原块的“板油”。撕去“板油”外面的网膜后用手挤压、揉搓它,再一点一点地掺入黑芝麻粉。这东西从现代保健观点看是绝对的糟粕,吃起来口感极佳:滑糯软烫,值得一试。

元宵与汤圆的食用禁忌:

由于元宵或汤圆的主要成分都是糯米,黏性高不易消化,而馅料无论甜咸,都属高热量高油脂,因此专家提醒患有胃肠道疾病、肾病、慢性胰腺炎、消化能力较差的老年人和儿童、体重超重者,应少吃或不吃。

对于元宵和汤圆的吃法,较为健康的吃法仍为煮或蒸,且进食时,建议多喝煮元宵或汤圆的汤水。因为糯米粉中含有较多的水溶性维生素,可保证正常的胃肠蠕动和消化腺的分泌功能。这些维生素大部分都溶于汤中,有利于人体的正常消化和吸收。



猜灯谜、绘灯笼体味传统元宵

元宵佳节月圆圆,花灯猜谜乐融融,为了迎接正月十五元宵节,2月8日上午,枣庄市博物馆举办了“猜灯谜、绘灯笼体味传统元宵”特色活动。让孩子在博物馆猜灯谜、绘灯笼的同时,唤醒人们对正月十五“上元节”的记忆,感受正月十五传统习俗的乐趣。

活动现场热闹非凡。孩子们认真听制作步骤后,摩拳擦掌开始做花灯。灵巧的双手翻飞,扎龙骨,剪窗花,大手小手一起来,一只只漂亮的灯笼就这样诞生了。小朋友们拿着自己亲手制作的灯笼合影留念,高兴地说:“学会了做灯笼,这个元宵节过得太开心了!”

灯笼制作完成之后,大家还进行了欢乐猜灯谜活动,小朋友将自己提前准备的灯谜写好展出,大家互相猜谜,现场一片欢声笑语。通过本次活动,不仅让孩子们感受到制作灯笼的乐趣,还能体验到成功的喜悦。小小灯笼,传递着对祖国、对亲人、对朋友的节日祝福,萌发了孩子们从小热爱祖国和传统节日的情感,让大家在博物馆度过一个真正传统的元宵佳节。(刘娜)

影留念,高兴地说:“学会了做灯笼,这个元宵节过得太开心了!”

灯笼制作完成之后,大家还进行了欢乐猜灯谜活动,小朋友将自己提前准备的灯谜写好展出,大家互相猜谜,现场一片欢声笑语。通过本次活动,不仅让孩子们感受到制作灯笼的乐趣,还能体验到成功的喜悦。小小灯笼,传递着对祖国、对亲人、对朋友的节日祝福,萌发了孩子们从小热爱祖国和传统节日的情感,让大家在博物馆度过一个真正传统的元宵佳节。(刘娜)

市中新報
 生活需要

总编辑
 褚洪波
 编辑部主任
 王晓琛