

寻找年味第二季,我们来到苏州和南通。这两个地方,都有你想不到的美味和年俗。

# 寻找年味

核心报道

## 年夜饭

# 苏州年夜饭,全家要“挖元宝” 女孩除夕洗脚,家长肯定发飙

### 民俗专家:传说一旦洗了,成年后脚会变得很大

如今,越来越多的苏州人选择去饭店吃年夜饭,很有姑苏特色的年菜则逐渐淡出人们的视线。昨天,现代快报记者走访了一些“老苏州”和民俗专家,请他们还原舌尖上的“苏州年味”,和那些已少有人知晓的姑苏年俗。

现代快报记者 何寅平

## @南通

### 失传手艺“复活” 正场熏糕卖到爆

传承人老张申报市非遗  
希望把手艺代代传下去



熏糕供不应求 通讯员 周登登 摄

正场熏糕酥而不焦、松而不腻、香脆爽口,百年前曾是南通通州当地传统名产。解放后,正场熏糕制作技法一度失传。1984年,通州人张光源在一本杂志上看到了正场熏糕的介绍,下决心复活这门传统老手艺。张光源在保留传统口味的基础上进行改良,纯手工生产的正场熏糕大获好评。

### 复活老手艺,熏糕火了

据史料记载,正场熏糕的历史可以追溯到明朝嘉靖年间,已有近500年的历史。

1984年,当时还在一家机械厂当工人的张光源,无意间翻美食杂志时,看到一篇写南通当地传统小吃的文章,其中就提到了他家乡的正场熏糕。

张光源决定复活这门传统老手艺,他多次前往南通博物馆,查找相关信息,最后找到了张顺道和赵扬春两位老师傅,两人的父辈都曾制作过正场熏糕。

“最早的正场熏糕不加芝麻,我们制作的时候就加了点碎芝麻,让它更脆更香。”张光源在保留传统口味的同时,根据现代人的口味对配料进行了微调。因为是纯手工生产,张光源和两位老师傅每天只能生产20多斤正场熏糕,刚一出炉就被抢购一空。后来,生产车间扩大到600多平方米,每天可以制作近400斤。但即便如此,每到过年时,还是供不应求。

### 申报市非遗,以免失传

“我们现在受场地限制,规模没办法再扩大,曾经有人提出要我在南通提供更大的场地,我没同意。因为我觉得正场熏糕就是要在正场生产才正宗。”已经76岁的张光源,坚持本土口味本地产。

为了适应市场需求,张光源在适度保持原配方的基础上,添加了黑芝麻、黑米、松仁、桂花等,制作的椒桃麻糕、八仙糕、核桃黑麻糕、黑五谷益寿糕等系列产品很受欢迎,“我们产量有限,只能保证上海、南通等长期合作客户的货源,其他地方就要看情况了。”

更让张光源忧心的是,如何将传统老手艺传承下去。“现在做糕的都是50多岁的人,年轻人不高兴来做了。”张光源说,除了工资不高,还因为年轻人不习惯手工制作。

目前,张光源正在积极申报市级非物质文化遗产保护项目,并制订了新人培养、新产品开发等一系列的发展计划,“我希望把手艺传给更多人,让它一代代传下去,不能让老手艺失传。”张光源说。

现代快报记者 陈莹  
通讯员 周登登

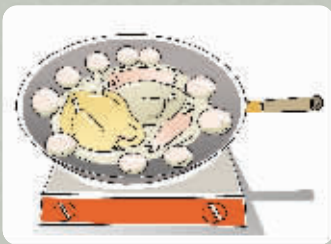
## 舌尖上的年味

讲述人:陈金城

年龄:60岁

履历:厨艺比赛获过奖,对苏州年菜如数家珍

口号:传统苏州年夜饭,最大的特点是讨口彩



### “三大件”要圈10个蛋

三大件:整鸡、整鸭和蹄膀(祭祖必备)

做法:鸡鸭四周围上10个鸡蛋或鹌鹑蛋

寓意:来年多子多福,十全十美



### 保证每人都能吃到宝

风俗:苏州年夜饭中,蛋饺是菜中的“金元宝”,荸荠是饭里的元宝

做法:煮饭时,家庭主妇会按照吃饭的人数,放入等量的荸荠,为保证大家都能掘到一个,荸荠不会削皮



### “长根菜”不能切断烧

青菜:寓意“称心如意”

做法:烹调时不能切断,因为青菜是“长根菜”,象征长寿



### 熏鱼带着头尾上桌

风俗:苏州乡下把常年“沉”在河底的青鱼捞来卖,一条有10多斤

做法:浸泡熏鱼的酱料,包括八角、香叶、黄酒、葱、姜、蒜等。鱼头和鱼尾另外红烧,和熏鱼一起上桌

## 流程

- 1.吃年夜饭前要祭祖,一般此时菜是单数
- 2.仪式结束后,会追加一个菜凑成双数
- 3.全家人聚在一起,开始吃年夜饭



### 和乐招财走油肉

寓意:又称“元宝肉”,象征家中富足

做法:把肉炖烂后下锅炸,炸至肉皮皱起后起锅沥干,放于热肉汤中浸泡,肉捞起放上些酱油、盐、糖等调料蒸熟



### 笋干烧肉节节高

寓意:更上层楼、仕途顺畅、家庭兴旺

做法:笋干在米泔水中泡发至变软后切断,放于烧好的红烧肉中,再加入干山楂和开水,小火炖40分钟后转中火收汁



### 勤勤恳恳炒水芹

寓意:做事勤勤恳恳

做法:水芹洗净切段,锅加油烧热放入,生抽顺着锅边倒入快速翻炒,加盐糖炒至水芹微变软可出锅



### 全家一起“拉”年糕

风俗:年初一苏州人吃糖年糕

做法:浸泡糯米和粳米,碾成米粉,掺水和红糖搅拌均匀蒸熟。蒸熟后,把面团放在桌上揉搓。抹层油,再取白线绑住一拉,就“割”出糖年糕了

## 苏州人的年俗

讲述人:苏州市政协文史委主任 叶正亭

### 腊月廿四吃团子

风俗:正式进入过年阶段,家家户户都要吃团子,寓意团圆。

### 腊月廿五大扫除

风俗:每家要“掸檐尘”,把屋里屋外打扫干净,一是为去除晦气,同时也因为年初一不能扫地。初一打扫卫生,会扫去福气财气。

### 腊月廿六放贡品

风俗:家里大灶前放置水果贡品。相传这一天,灶神要向玉帝“汇报工作”,供奉灶神就希望他嘴下留情,回来时还能降下福祉。

### 从除夕开始封井3天

除夕这天规矩最多,苏州家中有井的人家,会找来一个竹篮,底部贴上红纸,然后放在井口上“封井”,边上摆上果盘,用来供奉井神,以感谢提供水源。

封井一般要3天,因此在除夕前,苏州的居民必须先在自家水缸里备足3天的用水。吃完年夜饭后,男孩子们就得赶紧趁人不注意,溜到门背后跳3次,据说这样可以长得更高大。女孩子在除夕夜则不能洗脚,因为传说一旦洗了脚,长大后脚会变得很大。大人们在饭后则要准备好压岁钱,趁孩子睡着后,偷偷塞到他们的枕头下。