

凤凰书城年味足

灯谜活动、迎新送福、人生分享会等着你

快报讯(记者 郑文静)迎新春,品书香。1月15日-2月4日,南京凤凰国际书城举办寒假新春文化活动,为广大读者特别是学生朋友提供全方位的阅读体验。灯谜大观园、木偶之韵迎新演出、民俗市集、书香小拜年拍摄体验活动等将先后举办,为市民献上温暖的文化盛宴。

为传承和弘扬中华优秀传统文化,增加新春喜庆气氛;1月18日14:00-16:00,江苏凤凰美术出版社与凤凰书城、中国兰亭会将共同为读者送来鼠年的新春祝福。该社艺术编辑和兰亭会的书法家将会在凤凰书城二楼现场书写“福”字及春联,把浓浓的年味融入文字,化作新年美好祝愿。凡当天购物单张小票满50元即可现场领取“福”字一

张,满80元即可领取春联一对。

1月18日-19日,由凤凰广场和南京博智弈国际象棋俱乐部共同举办的“博智弈”杯国际象棋省级联赛将在凤凰广场负一楼中庭举行。

另外,1月15日-2月15日,云书坊在零展厅举办迎新特展,精心为您呈现众多艺术家的精美艺术作品,凤凰于飞,共庆余年。

还有一场备受期待的人生分享会,将在1月18日-19日举办。这场凤凰云书坊的2020特别企划“24人24小时·年度对话——文学人生分享会”届时将上演,计划关注24人的未来十年,十年之约,记录24人平凡而主动的人生。让身边的人成为榜样,用最真实的故事传播正能量。

他用55年的时光

守护堆花糕团里的吉祥



堆花糕团



扫码看视频

年年有余、招财进宝、富贵牡丹、鸳鸯成双、麒麟送子……在老常州人的记忆里,过年、祝寿、祭祖、新房上梁等大事儿都少不了堆花糕团,既吉祥又有好寓意。今年68岁的华焕仁,是常州市非物质文化遗产堆花糕团项目传承人,用了大半辈子来守护这份吉祥。

13岁,华焕仁就开始跟母亲学习制作堆花糕团。“我母亲是有名的巧手,她是跟我外婆学的,有的东西她看一眼,就能捣鼓出来。”那时,华焕仁坐在一旁,闲着没事儿,就帮母亲捏一捏,没承想越来越感兴趣,一做就是55年。

母亲留下的工具箱——一个铝饭盒成了传家宝,一把小镊子就用了五十多年。梳子、牙签、木片刀、小铁棍、吸管……就连旧电器上拆下来的小零件,都成了华焕仁巧手堆花的工具。

因为挣不了钱,周围好多人放弃了,华焕仁还是坚持了下来。每当听到有人感叹“好几十年没看见这个了”,华焕仁就愈发觉得

得责任重大,这是不能丢掉的传统。

快过年了,搬新家、结婚、祝寿的人多了,华焕仁的订单也跟着多了起来。也有不少人买堆花糕团当摆饰,“玻璃盒子一罩,放在办公桌上,就更好看了。”

只不过华焕仁的搭档,先是从母亲换成了妻子,现在又换成了女儿、女婿。“我要把我这个手艺传给他们,让他们一代一代传下去。”华焕仁大半辈子都在跟堆花糕团打交道,最不舍得丢掉这门手艺,他说这是常州有标志性的一种地方文化。

又烫又黏手的米粉团,女儿女婿吃不消,手黏在上面拉都拉不下来。所以,华焕仁到中小学去教学,都是用轻泥,“作品比较容易成型,小朋友也学得挺开心。”

有人担心这是否会失去堆花糕团的特色,但华焕仁说:“这也是一种传承,可以让更多的人接触到堆花糕团,知道这项非遗。”

现代快报+/ZAKER南京记者
李鸣/文 吕正昕 何刘/摄

原创民族歌舞剧《玛纳斯》在南京首演

快报讯(记者 阿里亚)“英雄玛纳斯、英雄玛纳斯、英雄玛纳斯……”1月16日晚,伴着气势恢宏的序曲,一部用智慧和热情创作的民族歌舞剧《玛纳斯》在南京紫金大戏院成功首演。

《玛纳斯》是柯尔克孜族的英雄史诗,是中国三大英雄史诗之一,更是世界非物质文化遗产,歌舞剧《玛纳斯》由江苏省演艺集团与克州歌舞团联合创编。

该歌舞剧是江苏文化援疆项目中推出的首部舞台艺术精品,共分《诞生》《结盟》《大婚》《远行》《回归》五个篇章,讲述了英雄玛纳斯的诞生、成长、团结部落、引领子孙前

仆后继、英勇奋斗、生生不息的全过程。

首演现场,歌舞剧《玛纳斯》以宏大磅礴的气势、震撼人心的音乐、热情豪放的舞姿、嘹亮的歌声、浓郁的民族风情,让观众一直沉醉在史诗的传奇之中。

“虽然是歌舞剧,但侧重于舞蹈。所以我们在音乐内涵、演员人物塑造、舞美设计方面,都着重创新意识,确保观众从歌舞中能体会到我们的初心,体会到百折不挠、同舟共济的精神。”新疆克州歌舞团团长布外加尔介绍说,史诗改编成歌舞剧在克州是首次尝试,在改编中最重要的尊重并体现原著的民族性。

虫草、石斛与野山参怎么搭配

你补对了吗?

冬令进补,是许多市民每年雷打不动的一件事,怎么补呢?同时,转眼又到年底,送长辈、亲朋好友什么礼,也让不少人挠头。

其实,这两个问题可以一次解决,冬虫夏草、野山参、石斛既是滋补的优选,也是送高档礼的不错选择。广电惠民生活馆孙店长说,“现在送礼流行送健康,传统的滋补品很多,

却不是人人适合,主要是因为南方人阴虚比较多,或者阴阳两虚,纯粹阳虚的人很少。”

冬虫夏草自古以来都是公认的滋补佳品,中医理论认为,冬虫夏草入肺肾二经,既能补肺阴,又能补肾阳,是一种能同时平衡、调节阴阳的补品,具有滋补抗疲劳、提高抵抗力等作用,是冬令进补的上选,名贵稀有。

好的虫草掰开看,“一宽三窄纹理”

广电惠民生活馆孙店长表示,优质虫草的主要鉴别点在于闻起来有“菇”类的香气,有的即使在密封存放许久后,打开依然会带有一些腥味或淡草味,触碰的时候会感觉到略具弹性。如果单看外形的话,正品虫草腹面有足8对,而且中间4对足很明显。掰开后看断面,有明显纹路,呈现出“一宽三窄纹理”特点。

“除此之外,好虫草颜色深浅不一,而且虫体断面呈字母图案,草纹路清晰,虫体饱满,有菌类味道。”孙店长特别强调,好虫草虫和草的结合处没有过多的杂质,虫草断面有黑色线状物体,呈字母V图案的,为正品。从颜色上来说,好的虫草颜色深浅不一,如颜色一



新春特惠,23大类滋补品,一站式直销

致,一定是用硫磺熏制而成的。一级品虫草水分含量在2%-5%。如果干度不够,多花冤枉钱不说,且水分没了,虫草营养价值也跟着流失了。

广电惠民生活馆当面称重包装,眼见为实



大多数商家利用虫草价格贵而且易断的特点,在销售过程中,把密封盒包装好的虫草给买家看,而拒绝拆盒拿出虫草给买家仔细分辨。对于大多数的市民来说,只靠肉眼的方式分辨无异于“盲人摸象”。

而不少黑心商家就趁机再把次品、伪品掺到里面,严重影响市民利益。

值得一提的是,广电惠民生活馆把一根根虫草摊开摆在您眼前,让您看得到也摸得到,自选虫草、当场称重、现场包装。另外,广电惠民生活馆的虫草全部都是西藏那曲的正品虫草,都是野生的,由那曲当地人一根一根挖出来,市民可以放心购买。

虫草和石斛煮水喝,滋补效果比单用好

冬虫夏草滋阴润肺,益气填精,而石斛与虫草的滋补作用有相同之处,只不过虫草的滋补作用要更强,适用面更广。石斛和虫草可以放在一起煮水喝,滋补效果比单用虫草好。

值得一提的是,在一些市场上“经销野生铁皮石斛”“正宗铁皮石斛”的招牌随处可见。有些市民贪图便宜,经常在这些地方买,买回家后却发现产品质量与想象存在很大的差异。孙店长透露,不少地方多以紫皮、铜皮、硬脚铁皮、水草等来冒充“铁皮”销售,以次充好外,甚至有一些人为了把劣质石斛做成“铁皮”色深的效果,在加工时用报纸、煤油、柴油、泡沫塑料燃烧发出的浓烟来熏黑,这样的“铁皮枫斗”吃了后,肯定对身体百害而无一益。

广电惠民生活馆直供的铁皮石斛100%来自原产地,除了保证价格优势外,更重要的是专业的挑选和采购队伍,使得品质更优质,正宗铁皮石斛,不管自己吃还是过节送礼,都是上佳之选。



石斛与野山参搭配,能够发挥双倍的功效

野山参作为滋补价值很高的营养品,与石斛搭配在一起,能够增强身体的抵抗力、滋阴补血,功效不可谓不大,广电惠民生活馆孙店长建议广大市民不妨尝试一下。

野山参的好坏,主要看“体”。典型的野山参体态是非常玲珑的,可以分为菱角体、元宝体、横灵体、跨海体、过梁体、疙瘩体、短柱体。尽管体形、形态不同,但都是野山参才会有的特征。

每天,广电惠民生活馆都有数百支精品参因品相好、参龄足,走货特别快。孙店长说,经常有顾客看中了三支野山参没有及时下手,过几天就已经被人“抢”走了。不过,广电惠民生活馆野山参货源充足,补货快,一定能挑到合眼缘的。

孙店长还特意强调,野山参并非想象中

的那么昂贵,如果是第一次吃参或只是强身健体,没有必要去买数万元的参,买上2支20年(参龄15-20年)或是1支一等参(参龄20年以上)就够了,价格实惠,滋补价值也很高!广电惠民生活馆新春特惠:那曲冬虫夏草,79元/克起;长白山野山参8元/克起;雁荡山铁皮石斛低至1.9元/克,欢迎广大市民选购。

惠民热线:025-66065188

惠民地址:南京夫子庙建康路277号(淮清桥向西50米)

公共交通:4路、7路、40路、202路建康路·夫子庙站

地铁3号线夫子庙站3号口向东40米(近招商银行) 广告