



编者按：元宵节又称“上元节”，过完这个节，传统意义上的春节就算过完了。中国幅员辽阔，历史悠久，所以关于元宵节的习俗在全国各地也不尽相同，但吃元宵、赏花灯、猜灯谜、舞龙舞狮等则是大部分地区共有的几项重要民间习俗。吃喝方面，汤圆如今也与时俱进，被商家“玩出了花”；玩乐方面，宁波各地也推出许多精彩活动。

外观像麻将的汤圆、鲜花口味的汤圆，还有芝士汤圆、巧克力汤圆…… 元宵节汤圆花样多，您选哪种？

临近元宵节，汤圆市场热闹了起来。记者走访市场发现，今年的汤圆市场格外热闹，芝士、巧克力、鲜奶、茉莉花、玫瑰花等各种新奇的口味争相上市，不过宁波人最爱的汤圆还是最传统的猪油芝麻馅。

记者 孙美星

芝士、玫瑰花都包进汤圆

汤圆年年吃，今年市场上多了不少新花样。昨天上午，记者走访华润、三江等超市，发现汤圆的口味竟然超过20种。除了往年市场上就有的各种水果口味、鲜肉口味，今年还有了鲜花口味的汤圆。思念推出了鲜花系列汤圆，包括玫瑰花、百合花、茉莉花和雪菊花几种口味，馅料中有各种鲜花的成分。

今年元宵节，老字号缸鸭狗推出了彩色汤圆，一碗汤圆里有六个，颜色各不相同，分别是黑色的榴莲汤圆、棕色的高粱汤圆、

红色的玫瑰汤圆、绿色的艾青汤圆、紫色的紫薯汤圆以及白色的猪油芝麻汤圆。在吃法上也有创新，油炸着吃的芝士汤圆，用芝士做馅料，表面炸至金黄色就可吃了。

在网络市场，也有各种新奇的汤圆。麻将汤圆就是奇葩的一种，这种汤圆做成四方形状，和麻将大小相仿，上面还有红绿色勾勒出各种麻将图案，十分逼真。因为这种汤圆制作费工时，价格挺贵，一盒几百克的汤圆要80多元。有网友留言，“买给爱打麻将的老妈最适合”。

宁波人最爱还是猪油芝麻馅

虽然今年市场上各种新奇口味的汤圆五花八门，不过从消费者的选择看，还是传统的猪油芝麻馅最受欢迎。

“春节期间我们的汤圆销售就比去年增长了30%左右，从顾客购买的汤圆品种看，有1/3是传统的猪油芝麻馅。”华润万家超市鄞州店总经理林科兴介绍，所有汤圆的品牌中，宁波老字号缸鸭狗的汤圆卖得最好，一天能卖出六七百包。

“我们从去年冬天就开始准备做速冻汤圆，今年元宵期间速冻汤圆备货有20多万

包，猪油芝麻馅是主要的品种。”缸鸭狗有关负责人介绍，今年该品牌的汤圆价格没有变，也是猪油芝麻馅的最好卖。

记者了解到，今年宁波市场上的汤圆价格基本和去年持平，不过一些超市的促销力度相当可观。从19日开始到元宵节，华润万家的汤圆、小圆子和酒酿都有第二件四折的优惠（部分除外），算起来，一包汤圆相当于打了七折。在三江超市汤圆的优惠也有不少，最便宜的速冻汤圆，五六元就能买到200克的一小包。

●宁波市演艺集团

1. 甬剧《雷雨》
时间：2月22日、23日 19:15
地点：宁波逸夫剧院
2. 儿童剧《白雪公主与七个小矮人》
时间：2月21日 10:00、15:00，24日 15:00
地点：白云实验剧场

●江东区文化馆

1. 非遗培训（面塑）
时间：2月19/22/24/26日 9:00
地点：三楼多功能厅
2. 数字电影
时间：2月22日~26日 14:00~15:30
地点：三楼多功能厅

●江北区文化馆

1. 宁波传统布艺展示、制作体验活动
时间：2月22日
地点：江北区文化中心展厅
2. 书法大赛暨新春作品展
时间：1月28日~2月26日
地点：江北区文化中心展厅
3. 儿童剧《白雪公主与七个小矮人》
时间：2月20日 15:00
地点：江北区文化中心剧场
4. 戏曲专场——《何文秀》
时间：2月21日 13:30
地点：江北区文化中心剧场
5. 兰江周末影院
时间：2月19日起每周五 18:30
地点：江北区文化中心剧场

●天一阁

1. 历代兰亭珍拓·名家书法特展
时间：1月24日~2月28日
地点：云在楼
2. 金猴迎元宵，巧手做花灯
时间：2月21日 14:00
地点：天一阁书院
3. 灵猴庆元宵，灯谜猜猜猜
时间：2月21日 14:00
地点：天一阁书院
4. 金猴迎瑞邀元宵
时间：2月21日 13:00
地点：银台第

■相关链接

各地元宵节活动一览

●鼓楼沿在督学行署推出元宵专场“国乐雅集 琴心书道”讲座。

●南塘老街将推出三个主题花灯展示区，让市民和游客畅游在灯的海洋里，置身在花灯仙境之中。此外，还可以通过南塘老街的官微参加“元宵灯谜乐”线上活动，赢取各种丰厚礼品。

●鄞州各乡镇有传统表演。在横溪，可以观看舞龙、舞狮、大鼓表演；在集士港，可以观赏大头和尚情景秀表演；在下应，可以欣赏精彩的腰鼓表演。

●镇海将举行以“祥猴迎春·招宝纳福”为主题的元宵·招宝祈福文化节巡游活动，巡游队伍由6个巡游方阵和一辆花车组成，沿着老城区主要道路绕行一周。

●招宝山景区将举办“祈福古城·和乐招宝”元宵节系列活动。

●保国寺古建筑博物馆将推出猴年有“吉”元宵灯谜会活动。慈城古县城将举办学扎花灯、品年糕庆元宵等活动。

●余姚将举办第十二届新春闹元宵武术大联欢，将邀请省艺术体操队和十多家武术团体参加武术大展演。

●宁海前童元宵行会别具一格，十五的元宵十四过，被称为“提前一天的元宵节”，浩浩荡荡的游艺队伍走进古镇，鸣群锣、放铙花，狮舞龙舞、秋千旱船相互交融，还有抬鼓亭习俗表演，是在城市中难以见到的原汁原味的传统元宵节庆祝方式。

记者 毛雷君
通讯员 胡毓蓉

市民文化活动 邀您一起闹元宵

●鄞州非遗馆

1. 猜灯谜
时间：2月20日~21日
2. 舞龙舞狮、腰鼓表演
时间：2月21日 9:00
3. 包汤圆比赛
时间：2月20日 9:30
4. 彩灯扎制培训
时间：2月20日 13:30
5. 赵大有、王升大传统技艺展示
时间：2月20日~21日

●宁波市文化馆

1. 徐朝龙生肖画贺岁展
时间：2月1日~25日
地点：月湖大方岛群群星展厅
2. 中国美院翟小实作品展
时间：2月3日~23日
地点：117艺术中心
3. 查尔斯王子水彩版画展
时间：2月26日~29日
地点：117艺术中心

●海曙区文化馆

1. 海曙民间能人元宵展演
时间：2月20日 13:00~20:00
地点：海曙区文体中心外广场
2. 城市中心的美妙净土
时间：2月20日 13:00~20:00
地点：文体中心广场
3. 灯笼作坊——元宵姻缘牵线站
时间：2月20日 13:00~20:00
地点：海曙区文体中心广场
4. 元宵传统手工庙会
时间：2月20日 13:00~19:00
地点：海曙区文体中心外广场
5. 外星灯会
时间：2月20日 17:00~20:00
地点：海曙区文体中心外广场
内容：各种颜色的球体LED灯光装置，穿插在整个活动的中间，供大家尽情拍照留影
6. 趣味亲子游戏
时间：2月20日 14:00~20:00
地点：海曙区文体中心外广场

●宁波市图书馆

1. “和乐之道”东方音乐美学赏析
主讲人：柴昀喆（青年作曲家，杭州市传统文化促进会国乐委员会常务副会长）
时间：2月21日 14:30
地点：鼓楼督学行署（海曙府桥街66号）
预约电话：87362346、87254351（8:30~11:00，13:30~17:00）
 2. 电影欣赏
时间：2月22日~24日 14:00
地点：图书馆一楼天一音乐馆·视听室
3天的电影依次为：《捉妖记》、《道士下山》、《K先生》
 3. 灯谜会
时间：2月21日 13:30
地点：图书馆一楼大厅
- 记者 陈也喆 通讯员 陈科峰
章笑笑 马玲玲 陈敏健

