



寻味

象山宁海糊粒羹：各有各味

记者 廖惠兰

在宁波各地，元宵节的热闹是相同的，但美食却不尽相同。如宁波市吃汤圆，象山、宁海等地有“不吃汤圆吃糊粒羹”的民俗。

糊粒羹，又称糊腊羹、发财羹，这一名字对外界来说或许稍陌生，但在象山、宁海，却是家喻户晓的传统美食。

糊粒羹有什么来头，由哪些食材做成的？前天，记者来到象山石浦镇，向当地人请教了关于糊粒羹的由来和做法。

每年的正月十四，象山石浦、鹤浦、高塘等地的老百姓就过元宵了，并制作属于他们的独特美食——糊粒羹。

“我在十五六岁时就会做糊粒羹，到现在已经有60来年了！”李素梅颇为自豪地说。昨天一大早，李素梅便和儿子一起采购了糊粒羹的食材。

“我们年年十四夜都会做糊粒羹，分发给小朋友和来吃面的客人。”李素梅一边备菜，一边告诉记者，她和儿子一起经营着一家面馆，虽不大，在当地却小有名气。

牡蛎、瘦肉、腊肠、萝卜丁、香干粒、芋头粒、笋丁、花生碎、荠菜，记者在现场看到，制作糊粒羹的食材丰富多样，摆



糊粒羹。

(吴冠夏 摄)

满了整个台面，足足九大碗。

“这个还不算多，有的家庭会准备十多种食材，少的三四种也可以，做羹的食材，向来是各有各味，每家都有每家的特色。”李素梅笑着说。

说话间，李素梅熟练地起锅热油，按照食材的易熟程度，依次放入锅中，五彩斑斓的颗粒在锅里上下翻飞，散发出诱人的香气。

待食材炒至七八分熟时，李素梅加入事先用调好的番薯粉进行勾芡，一锅色香味俱佳的糊粒羹就完成了。

“这是糊粒羹最关键的一步，待出锅时加入番薯粉勾芡。”李素梅说。

记者了解到，海鲜是做糊粒

羹的主要食材，新鲜的牡蛎、虾仁、鱼肉、蛭肉等，与切成粒的瘦肉、腊肠、萝卜丁、香干粒、芋头粒、笋丁、花生碎等混合炒烩，形成一道味鲜美、层次分明、口感丰富的佳肴。

糊粒羹也有甜咸之分。甜羹一般会加入荸荠、小汤圆、花生碎、水果罐头等，香甜脆爽。甜咸羹，各有千秋。

“作为石浦人，我小时候最盼望的就是正月十四夜。”正在店里的周先生告诉记者，“那时候，家家户户都会做糊粒羹，整个村子都弥漫着香气。我们都会拿碗碗，挨家挨户去品尝不同口味的糊粒羹，比比谁吃得多。现在再吃糊粒羹，感觉特别亲切，仿佛回到了小时候。”

鸡油桂花汤圆：肚里乾坤大



鸡油桂花汤圆的馅料和制作原料。

(黄春晓 摄)

见习记者 黄春晓

“你看这个汤圆的尖头，像不像是鹅的长脖子？”

中国餐饮文化大师熊均苗展示的，是已有百年历史的余姚北部地区传统特色点心——鸡油桂花汤圆。和市面上常见的汤圆不

同，鸡油桂花汤圆并不是规整的圆形，而是有一个似鹅颈的尖头。这个独特的造型引出了一个当地谜语——“白白一群鹅，客人来了赶下河”。

“别看我做的鸡油桂花汤圆个头比一般的汤圆小，可它‘肚里乾坤大’！”熊均苗介绍，造型独特的鸡油桂花汤圆美味的秘诀在于馅料。鸡油的咸鲜消解了白糖的甜腻，糖渍桂花则能带来花香。

传统手艺在熊均苗的手上又有了新的发展。“原本直接使用生鸡油和馅，现在改用加黄油、葱、姜等调味料熬成的熟鸡油。”熊均苗说，这样一来，不仅更加卫生，而且能够去除鸡油中的腥臭味，让汤圆的鲜美更加纯粹。



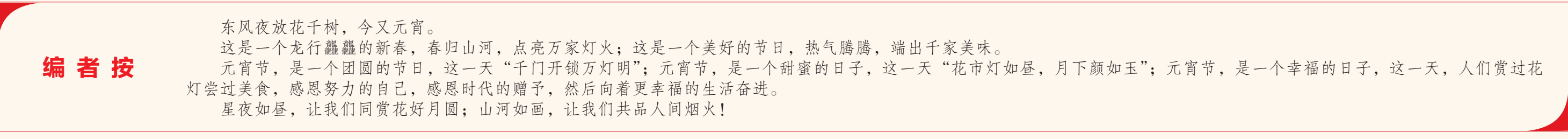
▲象山石浦民俗队伍大巡游。(象山市委宣传部供图)



►鄞州非遗馆前的舞蹈表演。(王博 许天长 摄)



▼北仑芦江工业社区产业工人闹元宵。(许天长 孙肖 摄)



宁海前童元宵行会。(徐诚 蒋攀 摄)

宁海前童：赴一场延续500多年的盛会

记者 孙吉晶 宁海县委组织部 蒋攀
通讯员 骆佳明 葛鹏超

睽违四年之后，宁海前童元宵行会再次热闹登场。阴冷的天气挡不住四邻八乡村民和游客的脚步。昨天上午11点，前童镇鼓亭馆广场人山人海，上万人聚集在鼓亭队伍两旁，翘首等待行会举行。

卢尚志是前童镇文化站站长，对前童元宵行会的历史烂熟于心。他告诉记者，据前童《塔山童氏族谱》记载，前童元宵行会始于明中叶，盛于清末清初，至今已有500多年。主要以鸣锣、抬鼓亭、放烟花等方式表现，以纪念童氏祖先开渠凿

碑、灌溉农田的功德，祈愿年丰收。12点左右，前童镇鼓亭馆广场上汇集了精雕细刻的23扛鼓亭。这些鼓亭均来自童氏家族，代表不同的房派。

前童镇联合各村儿童后岳身着盛装，神情喜悦。他说：“我们这扛鼓亭有五十多人，下午的路程要走近4个小时，人大力量大，大家轮流抬。”

鼓亭馆广场上，除了抬鼓亭的村民，舞龙、舞狮、乐队、腰鼓、秧歌等表演队伍各就各位，人数多达千余人。

一个小时后，爆竹作响，锣鼓喧天，前童元宵行会正式开始。记者看到，行会队伍井然有序，白布蓝色道旗

和金黄色龙旗在前引导，舞龙舞狮开道，头牌、鼓亭、抬阁、秋千等紧随其后，十几支鼓乐队簇拥相随，整支队伍绵延一公里多。浩浩荡荡穿过前童古镇老街，向着“濠公老爷”所在的塔山庙出发。

请“濠公老爷”，只有童氏家族里有名望、有身份的长辈才能参加。整个仪式过程童氏族人非常庄重、肃穆，他们十分虔诚地把“濠公老爷”神像从坐阁中请出来，放到专门为其制作的“神轿”里，随后在仪仗的引导下，按行会队伍的序列开始巡游。

巡游队伍走街串巷，途经童氏宗祠、岩前稻田、南官庙等地。行进过程中，最吸引人的莫过于用朱金漆木雕工艺制作的鼓亭、抬阁和秋千。

一个多小时，爆竹作响，锣鼓喧天，前童元宵行会正式开始。记者看到，行会队伍井然有序，白布蓝色道旗

和金黄色龙旗在前引导，舞龙舞狮开道，头牌、鼓亭、抬阁、秋千等紧随其后，十几支鼓乐队簇拥相随，整支队伍绵延一公里多。浩浩荡荡穿过前童古镇老街，向着“濠公老爷”所在的塔山庙出发。

请“濠公老爷”，只有童氏家族里有名望、有身份的长辈才能参加。整个仪式过程童氏族人非常庄重、肃穆，他们十分虔诚地把“濠公老爷”神像从坐阁中请出来，放到专门为其制作的“神轿”里，随后在仪仗的引导下，按行会队伍的序列开始巡游。

象山石浦：正月十四劲吹国潮风

记者 戎美容 奉化区委组织部 景士杰

灯如昼，人如潮。正月十四，在奉化区萧王庙街道青云村，“彩灯十里”燃爆新年第一场文化盛宴，为期三天的青云村第七届元宵节活动热闹开幕。当天虽有小雨，但仍吸引众多市民游客前来赏花灯、看非遗、品美食，现场氛围“热辣滚烫”。

元宵节，花灯无疑是主角之一。步入青云村，沿着门前河，各式花灯跃入眼帘，鱼龙纳瑞、花开富贵、大河行舟、龙腾四海……一盏盏寓意吉祥的花灯，有的漂在河中，有的悬在连廊，随着暮色渐浓，近千盏花灯相继开启，在青砖黛瓦的古村街巷内，呈

现一幕幕熠熠流光之景，煞是好看。不少市民驻足观赏，拍照留影。身着汉服的陈莉，一袭红色帷帽披肩，在人群中格外亮眼。“古色古香的建筑，穿汉服拍照非常出片。”陈莉告诉记者，她和几个喜欢穿汉服的小姑娘，经常相约到宁波各地打卡，这次来青云村拍照，也是做了功课的。虽

然天气不给力，时而雨晴，但这样更有江南烟雨的婉约味。

元宵活动离不开各类美食的“助攻”。“联步青云”牌坊旁的青云路上，各家摊位支着一顶顶遮雨伞，摊主正张罗着生意。

“我用竹条搭框架、用棉布整造型，做了2盏五彩通电龙灯，耗时2个月完成。”今年87岁的马布

银，制作鱼灯已有20多年，每年都会制作应景的十二生肖灯。

今年巡游的最大看点是新增了围潮方阵。戚家军Cos队伍和“渔光寻忆”Cos队伍的登场，引发现场阵阵喝彩。

戚家军Cos队伍身着战甲，手持各式武器，重现了当年戚家军的威武之势。执长旗、挥狼狽、执长枪……整个阵法充分展示了戚家军的战斗力。

妈妈祖和如意千百年守护着石浦渔港；狄青、戚继光、郑成功等名将石浦大地留下了深刻的历史印

文化专家畅谈元宵“那些事儿”

记者 黄银凤 张芯蕊

都说正月十五闹元宵，不过，宁波不少地区的元宵节是正月十四过的，这是为什么呢？元宵和哪些历史名人有关？昨晚，宁波甬上名人文化研究院执行院长黄江伟、宁波市文化旅游研究院民俗专家周东旭作客甬派直播间，畅谈元宵“那些事儿”。

他还介绍了糊粒羹的另一个名字，叫发财羹。在象山石浦的正月十四，街上舞龙舞狮等巡游队伍格外热闹，街坊邻居见面都要互讨发财羹吃，而被讨发财羹的人越多，主人家越会发财致富。

“糊粒羹有着满满的寓意，在民间，即便邻里之间有摩擦、闹矛盾，在元宵节期间，讨一份糊粒羹便可以化解矛盾，留下欢声笑语。”周东旭说，一碗糊粒羹更有和和美、团团圆圆的美好寓意。

除了象山，元宵节在镇海也有自己独特的一道美食，叫丫头羹，其实就是甜羹。“丫头羹里有桂圆、核桃、莲子等，也叫百果羹。”周东旭说。

当然，汤圆依旧是宁波人元宵节餐桌上的“座上宾”。“元宵节是一场团聚与喜庆的盛宴，承载着丰富的文化内涵和深厚的民俗情感，每一道美食背后都蕴含着家庭团圆、和和美美的珍贵意义。”周东旭总结道，“在这个特殊的节日里，人们以热闹喜庆的活动，让每一个人都能在欢声笑语中感受到浓浓的年味和幸福滋味。这也是民俗文化的热闹与温馨所在。”

元宵节的习俗，与曾在宁波地区领导抗倭的戚继光有关。明代嘉靖年间，某年正月十四，戚继光的军队因为抗击倭寇，伙夫来不及做饭，就匆忙把切好的各种小菜一起倒进锅里，加上米粥、薯粉，做成糊粒羹，既当饭又当菜。将士们吃饱后抗倭杀敌，大获全胜。从此，象山及周边地区就在正月十四过元宵节。石浦等地的老百姓还家家户户吃糊粒羹以示纪念，一直流传至今。

前童元宵行会，是为了纪念明代水利功臣董濬。奉化萧王庙庙会是为纪念北宋勤政为民的县令龚世显。余姚西門元宵灯会是纪念余姚州判叶恒，后经谢迁、谢丕父子的倡导，西門灯会影响深远。

民俗专家周东旭介绍，宁波有些地方在正月十四过元宵节，还有

“古韵青云”的元宵节

记者 戎美容 奉化区委组织部 景士杰

元宵活动离不开各类美食的“助攻”。“联步青云”牌坊旁的青云路上，各家摊位支着一顶顶遮雨伞，摊主正张罗着生意。

“我用竹条搭框架、用棉布整造型，做了2盏五彩通电龙灯，耗时2个月完成。”今年87岁的马布

银，制作鱼灯已有20多年，每年都会制作应景的十二生肖灯。

今年巡游的最大看点是新增了围潮方阵。戚家军Cos队伍和“渔光寻忆”Cos队伍的登场，引发现场阵阵喝彩。

戚家军Cos队伍身着战甲，手持各式武器，重现了当年戚家军的威武之势。执长旗、挥狼狽、执长枪……整个阵法充分展示了戚家军的战斗力。

妈妈祖和如意千百年守护着石浦渔港；狄青、戚继光、郑成功等名将石浦大地留下了深刻的历史印

记；聂耳创作的《渔光曲》让石浦的故事走上荧幕……“渔光寻忆”Cos队伍，则让观众感受石浦独特的海洋文化和风土人情。

“民俗队伍巡游一直是石浦正月十四最热闹的习俗，已延续了数百年。今年在传统民俗队伍中，新增了Cos表演队，让历史的记忆重现，让年轻人更深入地了解象山海洋渔文化，感受‘渔光之城’的人间烟火气。”石浦镇相关负责人表示。

整个巡游队伍最终汇集到渔港古城地带表演，再现渔家习俗、传递渔家文化。所到之处，沿街群众

热情高涨，纷纷拿起手机记录这美好的瞬间。

“这是我第一次观看，很震撼！古今交汇，有时空交错的感觉。”设计专业的学生戴子韬说，“像戚家军Cos队伍，让我了解了石浦这座港口独特的海防文化。我把照片、视频分享到社交平台，我在德国的同学表示很有特色，大开眼界。”

夜幕降临，海丰广场大明风华主题灯会人群涌动，不少家长带着孩子钻龙灯、摸龙须、接好运。广场上的“大明第一锅”现场熬煮糊粒羹，空气中弥漫着美食的香气，吸引了大批游客和市民驻足品尝。

元宵“那些事儿”

记者 黄银凤 张芯蕊

都说正月十五闹元宵，不过，宁波不少地区的元宵节是正月十四过的，这是为什么呢？元宵和哪些历史名人有关？昨晚，宁波甬上名人文化研究院执行院长黄江伟、宁波市文化旅游研究院民俗专家周东旭作客甬派直播间，畅谈元宵“那些事儿”。

他还介绍了糊粒羹的另一个名字，叫发财羹。在象山石浦的正月十四，街上舞龙舞狮等巡游队伍格外热闹，街坊邻居见面都要互讨发财羹吃，而被讨发财羹的人越多，主人家越会发财致富。

“糊粒羹有着满满的寓意，在民间，即便邻里之间有摩擦、闹矛盾，在元宵节期间，讨一份糊粒羹便可以化解矛盾，留下欢声笑语。”周东旭说，一碗糊粒羹更有和和美、团团圆圆的美好寓意。

除了象山，元宵节在镇海也有自己独特的一道美食，叫丫头羹，其实就是甜羹。“丫头羹里有桂圆、核桃、莲子等，也叫百果羹。”周东旭说。

当然，汤圆依旧是宁波人元宵节餐桌上的“座上宾”。“元宵节是一场团聚与喜庆的盛宴，承载着丰富的文化内涵和深厚的民俗情感，每一道美食背后都蕴含着家庭团圆、和和美美的珍贵意义。”周东旭总结道，“在这个特殊的节日里，人们以热闹喜庆的活动，让每一个人都能在欢声笑语中感受到浓浓的年味和幸福滋味。这也是民俗文化的热闹与温馨所在。”

元宵节的习俗，与曾在宁波地区领导抗倭的戚继光有关。明代嘉靖年间，某年正月十四，戚继光的军队因为抗击倭寇，伙夫来不及做饭，就匆忙把切好的各种小菜一起倒进锅里，加上米粥、薯粉，做成糊粒羹，既当饭又当菜。将士们吃饱后抗倭杀敌，大获全胜。从此，象山及周边地区就在正月十四过元宵节。石浦等地的老百姓还家家户户吃糊粒羹以示纪念，一直流传至今。

前童元宵行会，是为了纪念明代水利功臣董濬。奉化萧王庙庙会是为纪念北宋勤政为民的县令龚世显。余姚西門元宵灯会是纪念余姚州判叶恒，后经谢迁、谢丕父子的倡导，西門灯会影响深远。

民俗专家周东旭介绍，宁波有些地方在正月十四过元宵节，还有

元宵“那些事儿”

元宵“那些事儿”

元宵“那些事儿”

元宵“那些事儿”

元宵“那些事儿”

记者 黄银凤 张芯蕊

都说正月十五闹元宵，不过，宁波不少地区的元宵节是正月十四过的，这是为什么呢？元宵和哪些历史名人有关？昨晚，宁波甬上名人文化研究院执行院长黄江伟、宁波市文化旅游研究院民俗专家周东旭作客甬派直播间，畅谈元宵“那些事儿”。

他还介绍了糊粒羹的另一个名字，叫发财羹。在象山石浦的正月十四，街上舞龙舞狮等巡游队伍格外热闹，街坊邻居见面都要互讨发财羹吃，而被讨发财羹的人越多，主人家越会发财致富。

“糊粒羹有着满满的寓意，在民间，即便邻里之间有摩擦、闹矛盾，在元宵节期间，讨一份糊粒羹便可以化解矛盾，留下欢声笑语。”周东旭说，一碗糊粒羹更有和和美、团团圆圆的美好寓意。

除了象山，元宵节在镇海也有自己独特的一道美食，叫丫头羹，其实就是甜羹。“丫头羹里有桂圆、核桃、莲子等，也叫百果羹。”周东旭说。

当然，汤圆依旧是宁波人元宵节餐桌上的“座上宾”。“元宵节是一场团聚与喜庆的盛宴，承载着丰富的文化内涵和深厚的民俗情感，每一道美食背后都蕴含着家庭团圆、和和美美的珍贵意义。”周东旭总结道，“在这个特殊的节日里，人们以热闹喜庆的活动，让每一个人都能在欢声笑语中感受到浓浓的年味和幸福滋味。这也是民俗文化的热闹与温馨所在。”

元宵节的习俗，与曾在宁波地区领导抗倭的戚继光有关。明代嘉靖年间，某年正月十四，戚继光的军队因为抗击倭寇，伙夫来不及做饭，就匆忙把切好的各种小菜一起倒进锅里，加上米粥、薯粉，做成糊粒羹，既当饭又当菜。将士们吃饱后抗倭杀敌，大获全胜。从此，象山及周边地区就在正月十四过元宵节。石浦等地的老百姓还家家户户吃糊粒羹以示纪念，一直流传至今。

前童元宵行会，是为了纪念明代水利功臣董濬。奉化萧王庙庙会是为纪念北宋勤政为民的县令龚世显。余姚西門元宵灯会是纪念余姚州判叶恒，后经谢迁、谢丕父子的倡导，西門灯会影响深远。

民俗专家周东旭介绍，宁波有些地方在正月十四过元宵节，还有

元宵“那些事儿”

元宵“那些事儿”

元宵“那些事儿”

元宵“那些事儿”