



点心“黄毛鹅”

□黄志昌

炒面、炒年糕、汤圆、馄饨之类的传统点心大家都比较熟悉，而且也隔三五地享用，然而有一种宁波老点心——“黄毛鹅”，知道的人恐怕不多了，尤其是年轻人。

说到“黄毛鹅”点心，吃过的人就会满口生津。以前，它是在春插或夏种时节，农户主人慰问种田帮工而制作的一种点心。下午3时左右，农家妇女提着竹篮，篮面上盖一块洁净漂亮的毛巾，将这一特制点心送至插秧田头，给辛苦劳作的帮工们充饥补力。

大家都知道，宁波山区多松树，每年农历三月，正是松树开花时节，松树的花蕊内包裹着许多黄色的花粉。此时，人们常上山爬上松树采摘松花，将采摘来的花蕊晒干于太阳底下，筛选出细腻滑润的松花粉末。这松花粉既香又滑，将它当作点心的调味品和“外包装”，可观可尝。

“黄毛鹅”的制作方法并不复杂。第一步是准备米粉，将糯米放入水中浸泡四五个小时，然后用清水淘净，再磨成糯米粉，糯米粉晒干后用筛子过筛，选取细粉。

第二步是制作豆沙馅子，将赤豆或豇豆煮熟，并调制成糊状，加入黄糖或白糖搅拌均匀，即成豆沙馅子。

第三步着手裹制汤圆。将糯米粉用温水调成块状，湿燥要适中，湿了会沾手，不好操作，燥了粉显得硬，会捏不成汤圆。接着，用双手反复揉搓粉团，使其柔润有黏性，再用手捏成一个个粉团，用右手大拇指按住粉团中心点，其余手指“窝”着不停旋转，使粉团形成臼状，像顶小毡帽，接着用调羹舀些豆沙馅放入粉团中，以填满为宜。最后揉捏轻轻封口，将馅子盖住，并捏出一条“小尾巴”，这时的汤圆形似英文字母“Q”。

第四步是把带尾巴的汤圆上蒸笼蒸煮，熟透为止。

最后一步是放上采摘来的松花粉。可以把松花粉撒到蒸熟的汤圆上面，也可把汤圆放到松花粉上面滚粘，使带尾汤圆形似刚孵出的黄毛小鹅，十分可爱，故宁波人称其“黄毛鹅”了。

“黄毛鹅”这道点心，外黄、中白、里子黑，黄的松花香带滑，白的米粉柔而黏，黑的馅子甜兼润，可以说是点心中的佼佼者，男女老幼都喜欢吃。

“黄毛鹅”个头较大，不能一口囫囵放入口中，得分成几口，细嚼慢咽才能品出真味。“黄毛鹅”带尾巴的那头显得小一些，可以从此处下口，先咬去“尾部”，再分两口吃完“正身”。一般来说，一只“黄毛鹅”这样分三口品尝为宜，如果吃法不当，里面的豆沙馅子会突然射出，喷溅到脸部和衣襟上，使人难堪，尤其是用猪油白糖作馅子的“黄毛鹅”，煮熟之后里面的馅子几乎成了液汁，品尝时更要注意。

马鲛鱼

□方颖谊

马鲛鱼是宁波的特产，体形狭长，头及体背部呈蓝黑色，上侧面有数列蓝黑色圆斑点，腹部龙白色，背鳍与臀鳍之后有角刺。一般其体长不超过半米，体重小者约六两，大者两斤。在夏秋季常结伴作远程洄游。

每年一到农历三四月，马鲛鱼的数量就会明显多起来，味道也变得更好，产量比平时多，许多宁波人都买来尝鲜。因马鲛鱼肉多刺少，肉嫩味美，故民间素有“山上鹧鸪笋，海里马鲛鱼”的赞誉。其食用方法多种多样，既可鲜食，也可腌制。鲜食时可清蒸、油炸、炒鱼片等；若用鱼肉煲粥或煎煮为汤，则色味清美，甜滑可口。

宁波人喜欢最简单的煮法——清蒸，这是最原汁原味，也是最好吃的，因为越是新鲜的海鲜，煮法越要简单，这样才会最大限度地保持原有的鲜味，这才有“雪菜马鲛鱼”和“清蒸马鲛鱼”两种经典煮法。

雪菜，就是宁波人所讲的咸齋。“咸齋马鲛鱼”煮法蛮简单：先准备一条一斤左右的新鲜马鲛鱼，取出其内脏，洗净，先用水煮至七八分熟，加入少许盐；接着将一把碎腌咸齋稍稍淋洗一下，用刀切成1到2厘米的寸段，放入镬内焖烧一会至熟后就可以吃了，味道透透鲜。

“清蒸马鲛鱼”，煮法还要简单：马鲛鱼一条，不要太大，去其内脏，洗净后，接着将洗好的芹菜切成1厘米的段状，平铺在盛鱼的盘子上，再将葱、姜和蒜切成丝状，与少许盐一起塞进马鲛鱼的鱼肚里，鱼背上也放一些，继而把马鲛鱼装盘上镬隔水开蒸，蒸五六分钟之后，用筷子戳戳鱼肚，鱼肚肉泛白变软，即可淋上些酱油，再续蒸两三分钟，等香味徐徐飘出，就可出锅享用了。

当然，马鲛鱼，也可以采取“油煎”——先把马鲛鱼横切块，用盐稍腌一下后下锅煎至金黄色便可；也可以肉蒸——马鲛鱼上放肉末加少许香菇和蒜末，上盘清蒸七八分钟即可……

百年前的老宁波·少白岭五佛镇蟒塔



英国人德贞医生1863年来华行医传教，两年后他创办的双旗杆医院是后来北京协和医院的雏形，他还编著出版了《脱影奇观》，对现代摄影技术在华的传播起了积极的影响。这张照片出于他的一本小影集里，但研究表明德贞本人并没有来过宁波，这本影集里的照片可能都来自别人的馈赠。

五佛镇蟒塔，位于鄞州少白岭墩，俗称少白塔。但照片上的塔，却是现存之塔的前身，《鄞县通志》说它始建于唐会昌年间（841—846），有心镜禅师者，降伏在此害人的巨蟒，将其焚化，埋灰岭上，筑塔镇之，塔“六轮七层，高九丈余、大一丈六尺”，最上层供奉五尊佛像，塔名因此而得。如今发现的这座千年古塔的旧影有三帧，这张是最早的，拍摄于1870年前后。此塔在民国初年毁弃。

水银供稿

宁波番薯的来历

□朱道初

在番薯传入之前，宁波就有土薯，味道要比番薯差，产量要比番薯低。要问这么“美甘”的作物是从哪里引进的呢？有文献说：“薯传外番，因名番薯。”那么“外番”是指哪一国呢？1940年春，宁波有位老中医受明代徐光启《甘薯赋》的启发，也写过一篇《甘薯赋》，赋中说，“初蕃生于番域兮，远杳冥而难知”，意思是番薯来自外国番邦，但遥远的过去难以说清。接着该赋又说：番薯有可能在明代时来自“台湾、琉球”，但两地从前多不以“番”称，之所以叫“番薯”，还得从两地以外地方去找。

一种说法是由吕宋岛传入。据明代史书资料记载，嘉靖三十五年（1556），番薯才传入到吕宋岛。原来，旅居吕宋岛的福建长乐人陈振龙悄悄地把番薯种带入了福建长乐老家。其时控制吕宋岛的西班牙殖民当局严厉禁止携带薯种出境，“如有违者，必予严惩”，陈振龙这么做是有风险的。万历二十年（1592），闽省闹灾荒，粮食歉收，长乐生员陈经纶目睹民食艰困，就向福建巡抚金学曾呈文，建议推广其父陈振龙由吕宋携入的番薯种。他在呈文中把这种番薯种称为朱薯，因为它的外皮呈朱红色，与我国原有的薯类不同。金巡抚不负所望，先组织力量在漳州试种成功，而后写入他的著作《海外新传七则》之中。经过他的宣传，番薯移植到了福建、浙江等地。当时在福建一带，人们为纪念巡抚金学曾在推广种植番薯方面的功劳，曾把番薯呼作“金薯”。其实，吕宋岛的番薯是从中南美洲移植过来的，它只是移植过程中的“中转站”。

另一种说法是由越南传入。据宣统《东莞县志》所引《凤冈陈氏族谱》的记载，该族有个名叫陈益的人，在明代万历八年（1580）偕朋友一起前往安南游历，因为欣赏那里“产薯美甘”，私下藏匿其种苗回到广东家乡，经栽培种植，迅速“蕃滋”开来，受到乡人热烈欢迎。由于“念来自首，因名番薯”。其实，越南和吕宋岛的番薯都是从中南美洲移植过来的，这两地不过是移植过程中的“中转站”而已。在此一百余年前，随着哥伦布发现新大陆，原产于中南美洲的番薯也随之移植到了南亚诸国，并由此进入了中国南方，包括福建、浙江等省。

番薯有各种写法。除了“番薯”，在明人的史籍中也有写为“蕃蒂”、“番葛”；在清代的古籍中，更有写为“番储”、“番茹”、“番蕨”、“番芋”、“蕃术”、“番菜”等，它们都属于音近字异的“番薯”转音。也有方言的因素，如温州、处州写作“番脐”或“番芥”，则是方言“薯”、“芥”不分之故。有的地方把“番薯”写作“翻薯”，据说是因为番薯长到一定程度需要攀藤，不然沾上泥土的藤蔓要在枝节处繁生出多颗小薯，导致分散肥力而造成丛生小薯、细薯的现象，以致影响番薯的产量。

通知

宁波市民凭身份证每户免费可领取2个水质处理器

春季身体干燥缺水，人体细胞对水的需求愈加旺盛。水污染，危及居民饮水健康。多喝健康纯净的水，尤其对患有慢性疾病的老人有好处。如今，在相关机构及爱心企业关注下，全民健康饮用水惠民行动于去年8月在全国启动。行动第一步，就是向市民免费发放一种小型水质检测工具：水质处理器（由沃康环保科技有限公司赞助的3WIN99型）。本公司还有其他净水产品销售。

该项行动从上海开始，短短5个月，已在北京、河北、天津、山东、甘肃、云南、江苏、浙江的110多个城市展开，截止目前，累计发放80多万个水质处理器。不少市民反映：水质处理器免费发

放，会有专门人员进行使用及健康用水指导。拿回家后，通过水质处理器滤芯颜色变化，就能了解自家水质的好坏。特殊滤芯还能滤除水中的重金属、微生物，让市民喝到健康、干净饮用水。

从去年11月份开始，惠民行动第95站来到宁波。为了让更需要的市民先领取，行动规定：首批领取对象必须为55岁以上的宁波市民。领取条件还有：(1)本地常住居民；(2)对健康饮水有一定需求。凡符合以上条件的居民，请拨打报名电话领取。目前，我们向活动方申请了600个水质处理器，请看到本通知市民尽快报名！**报名热线：400-799-5977**