

微博发起“帮家乡美食上头条” 宁波“梁弄大糕”“十八斩”上榜

□记者 梅薇

随着《舌尖上的中国》第二季的热播，微博上近日发起了一条“帮家乡美食上头条”的话题。这个话题瞬间激发了“吃货们”的味觉记忆，纷纷推荐家乡美食。人民日报官方微博根据各地网友推荐，整理出了一份“美食地图”，宁波的“梁弄大糕”和“十八斩”榜上有名。

►梁弄大糕 (图片由网友“日青多肉园GREENDAY”提供)



上榜两美食一个传统一个新式

记者发现，这份“美食地图”图文并茂，难怪有网友甜蜜地埋怨：“还让不让人好好地减肥？”

此次与“梁弄大糕”、“十八斩”同时上榜的，还有河北的驴肉火烧、四川德阳的啞巴兔、四川宜宾的宜宾燃面、广东客家包菜粿、江西赣州的宁都肉丸等。

记者了解到，“十八斩”咸蟹其实并不是宁波的传统美食，“它是一种改良过的咸蟹吃法。”宁波市餐饮业与烹饪协会的余老师在接受记者采访时表示。

“传统咸蟹由梭子蟹腌制而成，而‘十八斩’则是先

将蟹斩成块，再浇上料汁。”余老师告诉记者，“十八斩”咸蟹做得成功与否，最关键的一步就是料汁的调配，“做得好吃的‘十八斩’，那是酱汁鲜美回味无穷，蟹肉透明入口即化。”

而此次上榜的另一种宁波美食“梁弄大糕”则是余姚梁弄镇的传统糕点，其制作技艺于2012年被列入宁波非物质文化遗产名录。据非遗传承人梅柏桥介绍，梁弄大糕在当地已有近300年的历史。

“梁弄大糕”散发着浓厚的民俗气息

事实上，上榜的“梁弄大糕”来自网友“日青多肉园GREENDAY”的推荐。“日青多肉园GREENDAY”是地道道的余姚人，他推荐“梁弄大糕”的理由是：“前些年，有个法国朋友来余姚，很多东西他都吃不惯，唯独对梁弄大糕情有独钟，一口气吃了好几块，还连夸好吃。”

“日青多肉园GREENDAY”自己也很喜欢吃“梁弄大糕”，“一口咬下去，那种甜、香、糯的味道，直抵心肺。最重要的是，它口感松软、甜而不腻。”每隔一段时间，“日青多肉园GREENDAY”都会买上一些“梁弄大糕”，“家里的老人、小孩都爱吃。”

“梁弄大糕”制作技艺世代传承

如今的余姚梁弄镇，依然有数家梁弄大糕店。制作大糕的手工技艺，是梁弄古镇的独创，而这样的一种技艺，一般是世代相传。

梅柏桥是梁弄大糕的第四代传人。他告诉记者，梁弄大糕的制作过程包括筛粉、雕空、加馅、盖粉、加印、切糕、上蒸、加青箬等八个步骤。整个过程相当的讲究，来不得半点疏忽。

梅柏桥制作梁弄大糕已有20个年头。这些年，他越发

“梁弄大糕散发着浓厚的民俗气息，文化含量比较高。”余姚非遗中心办公室工作人员沈信标在接受记者采访时表示，在梁弄，每逢端午节时，已订婚但还未结婚的“毛脚女婿”必须挑大糕到丈人家去，这样的风俗习惯一直沿用至今。

“毛脚女婿”挑的大糕少则几十箱，多则上百箱。女方把这些大糕分发给亲朋好友，一来表示‘名花有主’，二来也是让大家一起分享喜悦。而结婚后的第一个端午节，就轮到女方挑大糕到男方家了。”沈信标表示。

地忙了起来，“一年365天，几乎天天不得空。”

事实上，两年前，梅柏桥家的梁弄大糕曾上过央视的《消费主张》，这一传统糕点顿时“红火”了，“很多顾客专程从杭州、上海等地赶来，就为一尝咱家的大糕。”

梅柏桥的儿子22岁了，正在上大学，梅柏桥颇有点自豪地表示：“他已经出师了。”但至于儿子今后是否会捧起制作“梁弄大糕”这个饭碗，这并不是他最关心的，“儿子会做大糕，最起码，这门技艺不会失传了。”

古法榨油易生致癌物 《舌尖2》导演回应 “重在表达传承”

上周五，《舌尖上的中国》第二季在央视一套播出了第2集《心传》，收视率飙升至同时段第一。网友在微博上也热议“舌尖”，鲜花与板砖齐飞。

这一集里，不仅各种美食馋得网友直流口水，大厨们精湛的刀工更是让“小伙伴们都惊呆了”，称厨房里的刀光剑影，分明就是“舌尖上”的武侠片。但也有网友在泛科学讨论网站果壳网质疑来自徽州的古法榨油方法落后、保质期短，还可能会产生致癌诱变剂“苯并芘”。

网友具体是这么分析的：“1.出油率低。用这种人工敲击的榨油方法，榨后的饼中残油能达到7%-10%，这部分资源白白浪费掉了。2.榨油过程中的问题。这种榨油方法首先是炒籽……这个过程如果加热温度控制过高，很容易产生苯并芘……这种情况下苯并芘是很容易超标的。3.油的问题。片中提到：菜籽油一个不好的方面就是烟点太低，加热的时候容易冒烟，经过精炼后的菜籽油烟点就大为提高。其实烟点低几乎是所有土榨油的通病，那是油中的杂质太多导致的。4.保存问题。片中讲农民收获了菜籽后送到榨油坊，榨出来的油可以在这一年内随时领取。因为油是在收获季节之后集中压榨的，也就是说这个油会存放一年。植物油因为大部分富含不饱和脂肪酸，暴露在空气中很容易氧化的。加之土榨油因含杂质较多，更会促进氧化的进程。所以这么长时间的无防护措施存放是有问题的。植物油氧化之后会有一股酸败味。”

对此，本集节目导演陈磊在接受采访时回应说，拍摄前团队做了很多功课，也请教了很多专家。菜籽油的芥子油苷和芥酸的确对人体健康有害，但目前经过品种改良，很多用于榨油的菜籽油现在已经是“双低”产品，即低芥子油苷和芥酸。另外，现在大家吃的大部分油都需要精炼处理，这也正体现了工业的进步。

“不能奢望好吃的东西不利于健康的地方一点都没有。”陈磊表示，古法榨油这一段落表现的重点并不在食物，而在于表达祖先智慧的传承，以及对通过劳动获取美食的敬意。

本报综合报道

迎“五一”美苑国际名医节感恩钜献

美苑感谢您20年来的陪伴与支持 诚信精致 签约服务

活动时间:4月29日-5月9日

整形手术、祛斑除皱等一律半价起

韩国“玻尿酸”买3送1



QQ:756686361
网址: www.nbmymr.cn



宁波美苑医学美容专科门诊部



87282006 87340966

(浙04)医广【2013】第09-02-0701
宁波市鼓楼公园路9、12号