《四时之味 天然欢喜》再现四季美食与本土风物

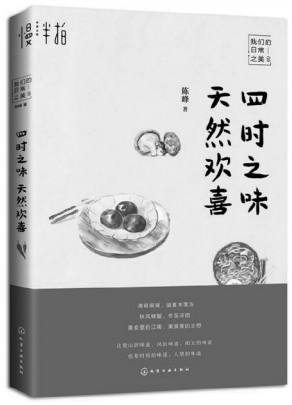
登上当当文化新书榜排名14位

宁波女作家陈峰又出新作

江南之畔，东海之滨的宁波一年四季是什么味道？是“才下舌尖，却上心间”的眷恋；是山间风儿擦肩的馨香，是阳光披肩的安逸；是时间流淌的过往还是人情温暖的感觉。或者说，这些都是阿拉宁波的味道。

近日，中国作协会员、宁波作家陈峰所写的《四时之味 天然欢喜》正式出版，文中以第一人称的笔触，以散文再现宁波四季美食与记忆中的风土人情。书籍在当当网上线销售，迅速登上文化新书榜排名14位，并引起众多读者的反响。

记者专访了陈峰，她说，书中美食里的宁波风俗与人情是有温度的，希望这些文字能给读者留下一段专属的悠悠念想。



新闻链接

陈峰，中国作协会员，散文散见于《清明》《海燕》《山东文学》《文学港》《散文百家》《当代人》等刊物，多次被《散文选刊》《散文海外版》转载，散文作品入选《2019中国年度精短散文》。著有散文集《峰回路转》。

A 立夏的味道是人与自然的和谐

临近立夏，采访的话题也从这个节气说开去。在陈峰的记忆中，立夏节气有好多美食，如吃田螺，民间流传一个说法：吃了田螺，眼睛会大而明亮。还要吃荸荠菜，相传两宋年间，康王赵构路过陈峰的家乡，慌乱间将一片菜园里的农作物踏得面目全非。没想到第二日，这些蔬菜竟然又亭亭玉立。民间就取“荸踏菜”的谐音取名为“荸荠菜”。立夏当天，家里面还会煮上一锅倭豆饭，所谓倭豆就是宁波人对蚕豆的称呼。把蚕豆与糯米饭一起焖，再放上几片咸肉，不一会，满屋子都是蒸饭的香气，久久不会散去。

“立夏那天最重要的娱乐活动就是拄蛋了，学校每个学生的脖子上都挂着一个蛋套，里面放着心爱的各种蛋，和同学们用手中的蛋一较高下，是一件快乐而值得期待的事。另外，宁波人过立夏还要给小孩子称体重，不是用如今的电子秤，而是在屋梁上挂起一杆大木秤，秤钩悬一把凳子，孩子们轮流坐到凳子上，一面称重，老人们一面要说着吉祥话。至于给小女孩穿耳洞，男孩子们开始换上凉鞋，不允许上山，类似的小规矩还有许多。”陈峰说，立夏是个重要的节气，被称为“立夏节”。

在陈峰的记忆里，立夏之际不仅人们有许多吃食，连耕田的牛都能喝上一碗蛋“忽”酒，喝完甜酒后，牛脾气也没了，一派人与动物和谐的景象。

B 从春天讲到冬季

《四时之味 天然欢喜》以四季四时进行描写，全书分春之娇嫩、夏之清凉、秋之风韵、冬之欢愉4个篇章共38篇，有遍地草籽，马兰花开；夏至杨梅，白糖揾粽；秋风螃蟹，南方嘉鱼；六谷米胖，拜岁裹包等。语言清新脱俗，文风如一。

开篇的《遍地草籽》的第一句写道：惊蛰还没到，雷电迫不及待吼开了嗓子。之后带出谚语“雷响惊蛰前，七七四十九不见天”“草籽种三年，坏田变好田”，这些谚语像是旧时相识，在这里相遇。文中，作者陈峰不仅写出了草籽可以当蔬菜也可以当饲料的特性，还围绕着草籽回忆儿时与玩伴们一起捉鱼、放风筝的往事，弥漫着烂漫的天真气。

全书的最后一篇，陈峰写了关于宁波汤圆的故事。汤圆是什么，是一种放在冰箱里，包裹在塑料包装里的速食产品？绝非如此！在陈峰的笔下，小时候的汤圆是吃不够的。母亲会“差遣”哥哥提前买来糯米，在水里浸泡多日，泡软后再沥干。再由父亲带着，去村里的米厂磨粉，看着眼前的糯米变成雪白的糯米浆，装满了各式各样的桶。经过打磨的粉有一个专门称呼“汤果粉”。到了冬至夜，在母亲的教导下，子女们像模像样地裹着汤圆。一碗碗汤圆被端上桌，咬一口，白是白，黑是黑，香、滑、甜、鲜、糯，可谓人间美味。

陈峰说，现在回过头去想一下，自己就是找寻素材并不停地写，最终被出版社所看中，水到渠成顺利出版。“起初不知道如何开始，就以自己的村庄为据点，把宁波的美食和记忆中的风土人情在作品中呈现出来。我也是中国民间文艺家协会会员，仿佛身上有责任一样。一个个故事、一段段记忆川流不息地在笔下流淌，至今未曾干涸。写作的过程是如此让人快乐，我的心里装满童真，里面的人物也满身童真。”陈峰说道。

记者 朱立奇

百余轮滑少年昨比试“花样”

系今年我市首次线下正式体育比赛

本报讯（记者 戴斌 文/摄）昨天，2020年宁波市全民健身季暨“迎亚运·MX名星”轮滑挑战赛在潘火体育公园斯博特轮滑场进行，14支队伍130余名青少年小将参加了角逐。这也是今年我市首次线下正式体育比赛，赛事组委会还专程邀请了花式轮滑世界冠军、现役轮滑国家队选手王鼎郁馨为我市小将们表演展示并做指导。

本次比赛由宁波市体育局主办，宁波市社会体育指导中心承办，宁波斯博特轮滑俱乐部执行，所有参赛选手均为通过“浙里办”在省体育系统注册过的青少年运动员。比赛设自由式项目（花式绕桩、速度过桩）、挑战障碍赛和亲子游园会等项目，除亲子游园会外，其余项目均按年龄分组决出名次。

在这次比赛中，有不少小将战绩不俗。仇米是中海实验小学二年级女生，这次获得3枚奖牌：女子乙组花式绕桩冠军、速度过桩第二名、障碍赛第三名。她的好朋友俞越来自董山小学，也获得两枚奖牌：速度过桩冠军、花式绕桩第三名。“我们是最好的朋友，一直一起练轮滑的。”她们告诉记者。

比赛场景。

福彩开奖信息

3D第2020076期 0 8 2
七乐彩第2020033期
25 09 21 10 24 29 19 17
6+1第2020033期 6 8 3 8 0 9 猪
15选5第2020076期 02 07 08 13 14

体彩开奖信息

大乐透第20032期 02 03 09 16 32 03 04
20选5第20076期 01 07 08 11 20
排列5第20075期 5 8 5 5 0

（均以公证开奖结果为准）

分类广告 0574-56118880
职场招聘 家教培训 房屋租售 搬家搬厂 旧货回收 征婚启事 商务信息 法律服务
办理地址：海曙区碶闸街58号（都市仁和中心）20楼2011室

房产租售
标准厂房出售
奉化尚田镇214省道边，出路好土地10亩，厂房7000平，有证。联系电话：13605782699
商铺出租
丽园南路518号2号地铁口旺铺十间出租电话：15888196137
●商铺出租鄞州前河北路206号永泰菜市场大门旁13858209405

服装加工
●定做口罩防护服15001981650

法律服务
●离婚、房产、经济纠纷87295238
●合同纠纷、法律顾问56281878

搬家搬厂
●千喜搬家搬厂特优87778900
●快捷专业搬家搬钢琴87907772

招商合作
●德胜包子：素食馆，家事佛事，素包预订：13906680249

旧货回收
●收家具床一切旧货18358415826

股权整体转让
我司位于鄞州区五乡工业园区专业从事塑料吸塑盘吸塑杯的生产销售10余年。公司租有厂房约5000m²，配有独立500KV变压器、循环用水池等设施，拥有熟练管理及生产员工60人，拥有注册商标、相关体系认证及国外欧美稳定客户，现整体转让。
缪女士13685823838
宁波普兰特塑胶有限公司

宁波市龙一公墓
墓园是民政部门批准的正规公墓，位于宁波市殡仪馆旁，款式齐全、价格亲民，最低价一万（约2-3m²墓穴）。
交通：公交789、788石龙线下车步行250米，一号线东环南路2公里。免费来回接送，（清明时间没有交通管制）。
联系电话：88331861、13065698269、13008902047

鄞州凤凰工艺墓园
民政部门批准的经营性公墓，位于鄞州五乡镇联合村。园区监控路灯设备齐全，全面清洁工作年均4至5次，环境优美交通便捷并有大型停车场地。公交：155路、162路宝幢站下步行约15分钟，地铁1号线宝幢站下车可以免费接送（需提前预约）。
墓园电话：0574-88383118 13957891168 欢迎垂询

九峰陵园
市级重点扶持经营性陵园！
九峰陵园园林式陵园，坐向东南，园内小桥流水亭台楼阁，鲜花草坪，不是公园胜似公园，多年来一直有新老客户赞美，真正成了人生后花园理想选择。（地铁一号线宝幢站每天有专车接送，需提前预约）地址：鄞州区五乡镇宝同村
0574-88389515 88389516