

# 清宫妃嫔爱吃藕粉圆子

□记者 程兰霞 综合整理

盐城的藕粉圆子,一直以建湖一带的最负盛名,而盐都张庄所出,就品质而言也并不逊色。作为民间传统美食,每逢佳节,家家餐桌上必不可少藕粉圆子。藕粉圆子既可作为时令小吃,亦可作为筵席佳肴。藕和偶谐音,搓成圆子,寓意成双成偶,团团圆圆,幸福美满,逢年过节,吃藕粉圆子,表达了人们对于幸福生活的一种向往与期盼。这是一道很喜庆吉利的菜,现在的婚宴,多半喜欢用藕粉圆子做甜点。

盐阜境内多湖荡,遍种莲藕,夏季的荷塘叶丰花茂,风景怡人。到了秋天,挖藕人三五成群,撑着小船在藕田间来回穿梭,将采回的藕或送菜场叫卖,或做成藕粉,有心之人还会制作成藕粉圆子送给亲友长辈。在盐城人的宴席上少不了肉圆、鱼圆和藕粉圆这三种圆子。其中,口味清甜的藕粉圆子可以充当主菜,让人魂牵梦萦,勾起身在各地盐城人心中的乡愁,这个在盐城人眼里再平凡不过的藕粉圆子成了乡愁的替代物,在外的游子思念家乡时,可亲手做一份藕粉圆子,把乡愁揉进一颗颗晶莹剔透的藕粉圆子

里。

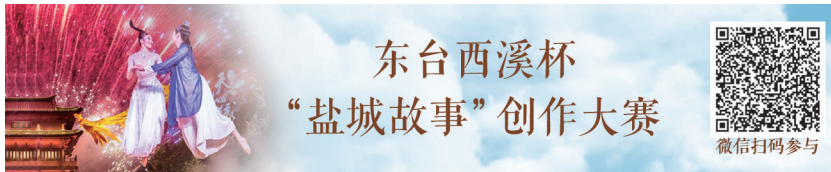
香甜爽口的藕粉圆子究竟有多好吃?社会学家费孝通在品尝后,在报刊上撰文评价,称之为“珍品”。藕粉圆子营养价值和药用价值均高,且可解酒提神。素馅藕粉圆子适合患有高血压、冠心病和不喜猪油者食用,有滋补强身,宽胸益气之功效。藕粉圆子又有多受佳人们的青睐呢?2018年最火爆的宫斗剧《延禧攻略》中,高贵妃非常喜欢吃御厨做的藕粉丸子。高贵妃何许人也?她在宫中的权势可与另一部宫斗剧《甄嬛传》中专横跋扈的华妃媲美。善妒的高贵妃为了陷害乾隆皇帝宠妃魏璎珞(初出场时,她还是个小宫女),变着花样惩罚她,为了摆脱困境,魏璎珞装疯卖傻狼吞虎咽吃下八大碗藕粉丸子,虽然吃相有点难看,却让全国观众都记住了这道美食,并对这道甜点产生了兴趣。宫廷里的藕粉丸子,其实就是藕粉圆子,出自江苏盐城。

宫斗剧中,在清朝皇宫里盛行藕粉圆子并非子虚乌有,有事实依据。藕粉圆子距今已有200多年的历史,相传清代中叶,一位出身苏北的御厨,也

有人说这位御厨来自湖垛(今建湖县城所在地),他根据家乡盛产莲藕、人们也爱吃莲藕的食俗,精心制作出了一道甜品小吃——藕粉圆子,进呈皇上,皇上品尝后,大为赞赏,从此藕粉圆子便成为宫廷御膳。因为藕粉具有安神助眠、益胃健脾、养血补益、美容等功效,藕粉圆子还有情侣的隐喻,小主们都想得到皇上的宠爱,与皇上双宿双飞,所以,清朝皇宫里不仅是妃嫔,就连小宫女都爱吃藕粉圆子。数年以后,御厨告老还乡,便将藕粉圆子的制作方法带回了家乡,从此这道宫廷御膳便在苏北传开了。著名作家巴金率访问团莅临建湖时,曾品尝其味,交口称赞。藕粉圆子在1958年江苏省名菜名点评比中享誉全省。

在盐城人眼里,地道的藕粉圆子,馅心是关键。糖板油丁、核桃仁、花生仁……多种果料的混合,造就了藕粉

圆子丰富的口感。有时,糖桂花与金桔皮也可入馅,为的是让原本香甜的馅料,再增加爽口滋味。当馅料经过碾碎、搅拌、混合等步骤后,便可以裹上质感细腻的藕粉。在此之后,便来到制作藕粉圆子的关键步骤,“余”和“滚”。“余”指的是将漏勺中的藕粉圆子放入95度左右的热水,三秒后立即取出;“滚”指的是取出后的藕粉圆子,要立马再均匀滚上一层藕粉。当这样的步骤重复五六次之后,藕粉圆子便制作成功。“买最好的藕粉,芝麻做馅,老年人也好,青年人也好,适合各个人的口味,从做芝麻馅开始,藕粉圆子一做就是几十年。”藕粉圆非遗传承人周保凤说。凭借良好的手艺和对传统技艺的传承,周保凤制作的藕粉圆获盐城市非物质文化遗产,产品远销香港、台湾、新加坡等地,享有较高的知名度。



## 走进美丽海湾

### 生态环境部点赞东台条子泥岸段

为深入践行习近平生态文明思想,落实“十四五”规划纲要关于“推进美丽海湾保护与建设”的任务部署,深入挖掘和示范推广美丽海湾建设中的好经验、好做法、好模式,2021年,生态环境部首次开展美丽海湾优秀案例征集活动,共筛选出8个美丽海湾案例(其中第1至4个为优秀案例,5至8个为提名案例)。自2022年4月起,推出“走近美丽海湾”栏目,展示推广上述案例的主要做法、治理成效、经验启示等,邀请专家进行解读,供各地互相学习借鉴。

东台条子泥岸段位于江苏省盐城市,因港汉形似条状而得名,2019年成为全国首个滨海湿地类世界自然遗产——中国黄(渤)海候鸟栖息地(第一期)世界自然遗产的重要组成部分。东台条子泥拥有壮观的一线潮两分水、淤泥质海滩和鲜红的盐蒿地,是东亚—澳大利西亚候鸟迁徙路线中心节点,“鸟中大熊猫”勺嘴鹬等全球数百万只候鸟到此栖息、换羽。近年来,东台市坚持保护优先,厚植生态底色,致力打造美丽滩涂风光,守护这方候鸟天堂,绘制了一幅万物和谐、绿色发展的生态画卷。

#### 坚持源头管控,绘制绿色蓝图

一是建立湿地公园,设立条子泥湿地公园,总面积12746公顷,其中保育区4964公顷、恢复重建区2780公顷,实行重点区域封闭管理,营造优质的水禽栖息地,建立优良的湿地生态系统。二是落实责任机制,压实各级责任,组建常态巡护管理队伍,安装272处联网监控设施,实行“人防+技防”的网格化管理,推动行政执法与刑事司法衔接,用“检察蓝”守护“湾滩美”“生态绿”“河道清”。三是强化法治保护,盐城市人大常委会2019年发布《盐城市黄海湿地保护条例》,科学界定了包括东台条子泥在内的黄海湿地范围,明确了黄海

湿地保护管理体制,规定了名录管理制度、分级保护制度等管理措施,实行了最严格的保护。

#### 坚持生态优先,彰显自然大美

一是突出湿地保护,彰显“自然美”,3700亩碱蓬“红地毯”杜绝一切开发利用,切实保护“潮汐森林”自然景观,最大限度保护条子泥湿地原生态面貌;放弃喷药药剂除草方式,采用传统的人工割草和机械翻土治理互花米草,先后整治梁垛河闸下游500亩、条子泥堤外滩面1.2万亩互花米草。二是注重物种保护,突出“生态美”,在条子泥湿地距离候鸟觅食区最近养殖区实施退养还滩,专门开辟720亩高潮位候鸟栖息地,组织开展微地形改造、裸滩湿地恢复、生态环境整治等,成为全球生态湿地保护“最佳案例”。2021年10月初,栖息地鸟调数量13万只,比2020年净增3万只,鸟类种群新增22种。世界上仅存500多只、有“鸟中大熊猫”之称的勺嘴鹬近一半在条子泥觅食、换羽,停留长达3个月。小青脚鹬作为全球濒危物种,在条子泥湿地的种群数量从不到600只增长到1164只,连续两年刷新观测记录。三是强化文旅融合,增添“人文美”,立足生态资源禀赋,开发“亲近世遗”亲子线路、“鸟类天堂·生态东台”研学线路、“海滨湿地·世遗之

旅”生态游等精品线路,组织开展条子泥“观鸟季”“爱鸟周”、摄影展、半程马拉松等活动,引导公众走进湿地、了解湿地、参与保护,2019、2020年分别接待游客66.3、99.7万人次,2021年接待游客突破100万人次。

#### 坚持科学管理,强化科技支撑

一是建立科研平台,提升专业水准,与复旦大学合作成立东台复旦湿地保护联合创新中心,聘请北大、复旦、南林大等相关院校专家担任顾问,成立北京林业大学东亚—澳大利西亚候鸟迁徙研究中心东台研究基地,常态化开展鸟类科研调查工作。二是打造信息化系统,强化智能管理,打造独具条子泥特色的4A级信息化系统,实现一部手机管景区、一部手机游景区,增设无人机反制系统、鸟类识别系统等特殊功能,满足景区鸟类保护、科普、研学和宣教的实际需要。三是规范湿地管理,强化协同共管,充分发挥“政府+联盟+协会+志愿者”的牵头作用,组建成立条子泥爱鸟协会,加入“勺嘴鹬保护联盟”,引进生态保护专业人士、爱鸟人士,定期组织培训和观鸟活动,普及湿地和鸟类知识,推动形成全社会保护湿地、保护鸟类的良好氛围。

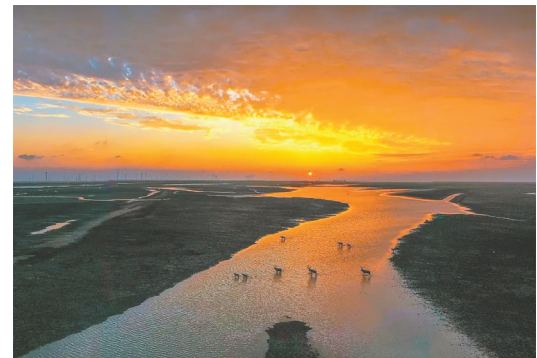
转载自《人民日报海外版》



沙洲物语 严正东 摄



飞翔 李东明 摄



湿地畅享 顾正山 摄