

一年一度冷蒸上市——

# 海门人记忆中的那股麦香味来了

本报记者杨礼庆 蔡佳楠

双手揉麦仁，一缕复一缕；冷蒸勿复言，奉郎自尝取。谷雨过后，春末夏初，海门人开始惦记一种特色时令小食——冷蒸。其翠绿的颜色，软糯中带着丝丝麦子独有的清甜，让不少食客为之“倾倒”。

冷蒸又名麦蚕，以麦穗为原料，时令性很强，从上市到退市只有20天左右的时间，是海门及其附近一带广受欢迎的民间小吃。昨日下午，崔美英带着制作完成的冷蒸刚出摊就引来不少路人驻足，循着那缕缕清香，人们忍不住买上一些尝尝。“多少年没有吃到了，今年我下定决心过来吃，我们那边叫麦团，这里叫冷蒸，冷蒸是一种原汁原味的麦香味。”家住崇明的钱水萍趁着回家省亲的机会，特意绕道前来买下一口童年的味道。

冷蒸的选材颇有讲究，用将熟未熟的元麦的青麦穗作为原料，扯麦穗必须在灌浆饱满之际，不能早也不能晚。“之所以冷蒸不能用我们常见的小麦制作，是因为小麦太糯，做出来的冷蒸口感上差强人意，而元麦不硬也不糯，一切都显得刚刚好。”崔美英告诉记者，她做冷蒸20多年了，从小时候记事起，家里的大人就用元麦做冷蒸。



冷蒸自古有之，清代《邗江三百吟》中记载：“冷蒸，大麦初熟，磨成小条，蒸之，名冷蒸，以其熟蒸而冷食也，并有诗曰：‘四月初收大麦仁，箫声吹罢卖场人，青青满贮筠篮里，好伴含桃共荐新。’”清代诗人姜长卿《崇川竹枝词》中也载：“冷蒸搓成金缕丝，新蚕豆子恰相宜。”

冷蒸的整个制作过程，俗称为“扯冷蒸”。通过扯穗、搓粒、筛芒、烘炒、揉壳、风扬、磨粒等多个步骤，具体说来就是将灌浆饱满的青麦穗扯下来，去除麦芒和麦壳，一边脱粒一边扬去杂质，再把麦粒倒入大铁锅



中慢慢翻炒，炒至麦壳微黄，使麦与粒分离，扬去麦壳，留下麦芯，最后将麦芯磨成粉状，冷蒸就做好了。当天制作的新鲜冷蒸，带着一股清香，颜色翠绿，口感软糯。中医说冷蒸性味甘、平凉，有壮筋骨骨、



除湿去邪、保胃止泻之功效。冷蒸有多样吃法，最简单的是抓一把冷蒸，双手一合，捏成团直接食用；还有一种吃法是将冷蒸拌些槐花放入锅中，给点豆油，炒成发黄的色泽之后出锅蘸白糖吃，香甜可口。做好的冷蒸碧绿松软，入口则糯韧有弹性，含着一股微甜之清香。

从前，人们为了在艰难时日里果腹充饥而发明了这种小食。如今，人们对冷蒸的念想已成了一份回忆和情怀。每一个寄情冷蒸的人，心里对家乡都有着难以割舍的怀念。一年一度的冷蒸，代表着海门的独特味道，更是寄托了海门人对于家乡的眷恋。吃了冷蒸，海门人就知道夏天就要来了。



## 亲子相伴 拥抱春天

4月24日，海门街道海北社区联合辖区红黄蓝亲子成长中心开展“亲子相伴 拥抱春天”踏青活动，让孩子和家长在自由、轻松的环境中，感受着人与自然的和谐美，增进了亲子间的情感，也增强了社区居民间的沟通。

记者顾聆译 通讯员印帅凤摄

## 作家祁智走进小学 分享读写中的快乐

本报讯（记者樊潇遥 通讯员施亿瑾）4月23日，江苏省作家协会副主席、国家一级作家祁智走进二甲镇货隆小学开展读者见面会，为孩子们带来他在读写方面的心得体会。

祁智以风趣幽默的语言分享了他的小学阶段的写作过程中，如何观察生活、运用实际，与老师父母沟通交流想法，最终呈现一篇篇文章的故事。“我会结合课文、教材、实际生活，来跟孩子们交流读书和写作。”祁智向记者透露，他在创作之外，还研究语文教学、作文教学，以及课程标准，相信自己讲

的内容是孩子能够接受的，也是孩子需要的、能够使用起来的。

读者见面会现场，随着祁智讲述一个个精彩的故事，传出阵阵欢声笑语，学生们在快乐中收获了经验，并与祁智积极互动。对于小学阶段的阅读与写作，祁智还给出了不少建议。“写作不能编，一定要写真实的事，要学会在生活中寻找素材。同时，要广泛阅读，这不仅对学习语文有好处，对于学习各科都有好处，阅读是终身的习惯。”祁智语重心长地嘱咐大家。

此次祁智还去了德胜小学开展交流。

## 知识产权宣传进社区

4月24日，海门街道锦绣社区开展“知识产权进社区”活动，志愿者们通过发放知识产权宣传资料、解答群众问题等方式，向居民全方位、多视角介绍知识产权的概念、如何维护知识产权等内容，有效提升群众知识产权保护和维权意识。

记者蔡佳楠 通讯员林璐璐



4月24日，海门街道港南社区联合海门街道文化站开展“知识产权进社区普法零距离”宣传活动。民警、工作人员、网格员通过发放宣传资料，结合商标侵权、著作权侵权、不正当竞争等方面向辖区群众进行面对面解读，教育群众辨别并自觉抵制侵权产品。

记者樊潇遥 通讯员陈露露

文明海门



## “橄榄绿”化身“志愿红”

### ——我区退役军人广泛开展志愿服务小记

本报记者彭炜峰 通讯员张健

近年来，区退役军人事务系统广泛开展志愿服务活动，涌现出了一批有责任、有担当的退役军人，为建设和谐美好社会贡献力量。

4月19日，海门街道嘉陵江社区退役军人服务站开展以“维护国家安全，享受幸福人生”为主题的活动。社区网格员、退役军人志愿者在辖区内张贴相关宣传海报，向居民发放国家安全教育日宣传手册。活动中，退役军人志愿者协助城南派出所警官宣讲实际案例，向辖区居民详细讲解相关法律法规，引导

居民了解当前国家安全形势，科普国家安全知识。在“盲盒大挑战”之国家安全局教育知识竞答环节中，退役军人积极引导居民踊跃举手互动，在宣传国家安全的同时也拓宽了自身知识面。

近日，常乐镇退役军人服务站红河志愿服务队队在官公河老兵活动中心进行充气式救生艇拆装、四人覆舟、活饵救援、单手解衣脱困等训练。其中四人覆舟训练在通启运河河段开展了舟艇动力拆卸、操舟覆舟自救、无动力划进、营救落水人员等水域救援演练。

据悉，红河志愿服务队队现有正

式队员36人，其中24人来自常乐镇民兵队伍、12人来自社会各行各业的爱心人士，大多数是退伍军人。这支服务队擅长水域作业，配有应急车辆、冲锋舟、汽油发电机、水泵、破拆设备、绳索设备等装备，通过定期开展各类救援培训、训练考核、安全宣教培训等志愿活动，不断加强应急处置能力，努力成为政府应急救援的辅助力量。

今年以来，三厂街道中兴村退役军人服务站组织辖区退伍老兵红色先锋志愿者们开展“关爱独居老人”走访慰问活动。4月17日，红色先锋志愿者俞洪新、邢荣生在走访

慰问中与老人们亲切交谈，认真倾听他们的想法，详细询问他们的生活起居、健康状况等，并鼓励他们保持积极乐观的心态，健康快乐安享晚年，将关心、关爱送到每一位走访对象身边。

下阶段，我区将持续提升“东洲周”“退役军人之家”“千人计划”等工作品牌影响力，以党建引领促进业务提升，进一步释放“七色兵团”志愿服务队的品牌效应，建优建强红色先锋志愿服务队，深入开展“一地一特色、一镇一品牌”志愿服务，推动红色先锋志愿服务力量精准下沉。

共读共享·悦读悦心

好书推荐

新质生产力

中国创新发展的着力点与内在逻辑

理解中国经济的新增长极 探寻高质量发展的新路径

作者：林毅夫等  
出版社：中信出版集团

本书汇集林毅夫、黄奇帆等诸多国内一线专家学者对中国经济的观察与思考，围绕新质生产力的定义与内涵，从战略支撑、产业支撑、金融支撑、基础支撑、目标引领等角度进行全方位阐述，帮助读者理解中国经济的新增长极，探寻高质量发展的新路径。

(来源：阅读海门)

扫码赢大奖 汽车开回家

送出5台车 连送9期

活动时间：2024年4月20日至2024年7月20日

活动产品：海之蓝、天之蓝、梦之蓝水晶瓶、梦之蓝M6+、梦之蓝M9

活动规则：1. 海门区域消费者在活动期间开瓶活动产品，领取基础红包后(范围为5-1888元不等，红包具体金额根据不同产品详见产品外包装)均有获得抽“五菱宏光MINIEV”汽车候选名额。2. 奖品分轮次进行抽奖，海门市场共抽9期，每期系统通过消费者开瓶随机挑选20人参与现场抽奖(同一微信号消费者不重复参与抽奖)，20人根据每期扫码消费者总数按比例产生。

| 抽奖轮次 | 消费者开瓶时间               | 抽奖时间       | 抽出候选人人数 |
|------|-----------------------|------------|---------|
| 第一轮  | 2024年4月20日至2024年4月28日 | 2024年4月30日 | 20      |
| 第二轮  | 2024年4月29日至2024年5月10日 | 2024年5月18日 | 20      |
| 第三轮  | 2024年5月11日至2024年5月20日 | 2024年5月28日 | 20      |
| 第四轮  | 2024年5月21日至2024年5月31日 | 2024年6月8日  | 20      |
| 第五轮  | 2024年6月1日至2024年6月10日  | 2024年6月18日 | 20      |
| 第六轮  | 2024年6月11日至2024年6月20日 | 2024年6月28日 | 20      |
| 第七轮  | 2024年6月21日至2024年6月30日 | 2024年7月8日  | 20      |
| 第八轮  | 2024年7月1日至2024年7月10日  | 2024年7月18日 | 20      |
| 第九轮  | 2024年7月11日至2024年7月20日 | 2024年7月28日 | 20      |

信息广告

责任编辑：金天雨

电话：13813764759

求购租赁

吉房出售

城区南海新村606幢2楼，144平方米，精装，配自行车库。北临海南幼儿园、海南小学、海南体育馆，西临海南初中，东临实验学校，东南临龙信广场。联系：17305263008。

办公、商业、经营、培训…… 商务楼层寻求合作

城区南部现有楼层寻求合作，配办公室、会议室、储藏室、卫生间、电梯，交通方便、设施齐全、环境优美。办公、商业、经营、培训等均可。联系电话：68185329, 18252832866