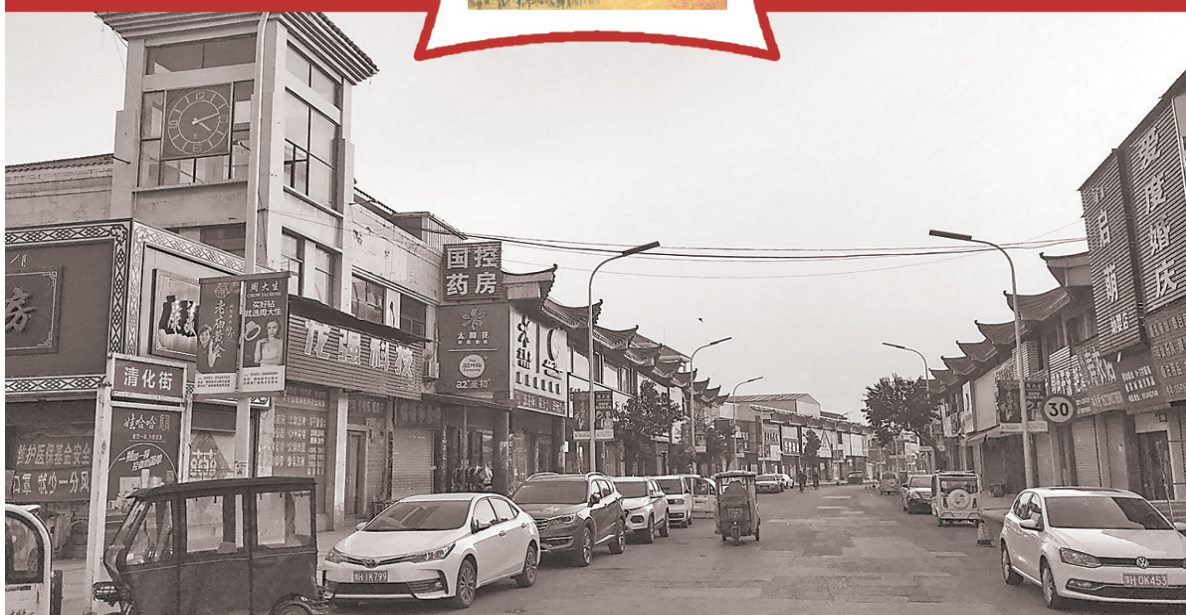


老街记忆



清化老街：

凝固在岁月中的繁华与变迁

本报记者 赵改玲 本报通讯员 琚姣姣

厚重的门板、高高的廊柱、漆黑的瓦檐、考究的店面风格……

在焦作的老街上，博爱县清化历史文化街区是一道不可不看的风光。

为更好地保护和传承河南优秀历史文化遗产，挖掘历史文化资源的内涵与价值，2021年5月11日，河南省人民政府发布《关于公布第二批省级历史文化街区的通知》，清化历史文化街区等被确定为第二批省级历史文化街区。

清化历史文化街区宽7米左右（其中商贸城区域为12米宽），总长度约1.1公里（团结路至阁前路），是一条有韵味、有温度的老街，是博爱县最繁华的地方，是博爱老城区的核心区域，是博爱县城市发展、地域文化的根基之所在，也从侧面见证了曾经兴盛一时的覃怀文化。

据焦作市著名作家、中国作家协会会员张艳庭介绍，清化老街两侧店铺林立，许多古老的店面都被保存下来。虽然古镇历史上记载的“店铺林立，商贾云集，可书可记者一百二十余家”的辉煌已无法再现，但这些古老店面仍然透露出当年的景象。

生于斯长于斯的张艳庭，没事就喜欢到清化老街逛逛。在他的眼里，清化老街有着亘古不变的繁华。

说起清化老街，张艳庭如数家珍：20世纪30年代，清化的丝绸、鞭炮、烟丝、竹器、生姜、怀药等在全国享有盛名，主要商铺就集中在老商业街上。

目前，老商业街里的店铺以土特产、小食品批发、小饭馆、菜市、肉铺等传统店铺为主，基本上保留了传统商业项目，仍是当地的购物中心街区之一。每逢节假日，本来不宽的街上人潮涌动，磨肩接踵，非常热闹。

清化老街两侧有许多古建民居，以瓦房为主要建筑，大户人家如“谢驸马院”有四五个院落，大门上的雕刻精巧别致，院落之间的门楣、石联等雕工精湛，均保存完好。老街的房屋建筑样式有的高大宏伟，有的精巧别致，体现了中原古建的特色。走进这样的院落，仿佛穿越了时间的大门，走进了数百年前小镇居民的生活之中。

清化街历史文化街区中的“清化”二字，意为“清明教化”。自明清以来，清化老街因居三晋咽喉之地，交通便利，商贾云集、货如轮转，城内坐商百余家，知名商号十余家，是怀商文化的发源地。

记者从博爱县委宣传部获悉，经过规划，清化老街核心区基本沿袭古清化街的历史肌理，以蝎子型布局，在原有传统院落、街道的基础上，挖掘和传承百年来的重要文化符号，再现清化老街商业繁荣风貌，同时融入现代商业管理运行理念，集商业、文化旅游、娱乐休闲于一体，将其打造成为豫西北、晋东南一带的知名古街。

上图 博爱县清化街一角。

本报记者 宋崇飞 摄

“小胖墩”减肥记

本报记者 李 征

“你是最强哒最棒哒、最亮哒最发光哒，拦不住你发芽……”刚走到小玉家门口，记者就听见屋里传出动感的歌声。“我的儿子龙龙正在屋里唱歌呢，他就是一个快乐的小胖子。”今年36岁的小玉笑着对记者说。

一进门，今年10岁的龙龙便从卧室跑了出来，礼貌地和记者打招呼后，拉着妈妈的手说：“妈妈，快换衣服，带我下楼跳绳去。”正当记者被眼前这个可爱的小男孩搞得一头雾水时，小玉拿出了龙龙半年前的照片让记者看。照片上的龙龙是一个十足的小胖子，肉肉的脸把眼睛挤成了一道缝儿，看起来比同龄孩子肥胖不少。

龙龙从小就是一个“小胖墩”，走到哪都会有人围观。小的时候，小玉还觉得儿子胖乎乎挺可爱的，没在意过他的饮食和体重。上学后，因为肥胖，龙龙跳绳、跑步都受影响，也经常遭到同学的嘲笑。“去年暑假，我们开启了减肥之路，效果还是很明显的，他已经从近70公斤减到50公斤了。”说到龙龙的减肥成果，小玉一脸自豪。

减肥过程非常枯燥和难熬，需要足够的意志力，小玉没想到龙龙坚持得这么好。龙龙小时候喜欢吃肉，现在每天的饮食非常清淡，每天还坚持跳绳2000个左右。“有时候看到孩子汗流浹背，我很心疼，也曾想过放弃减肥，龙龙却说：‘妈妈，我想坚持瘦下去。’”说到儿子的减肥路，小玉的眼眶湿润了。

“龙龙减肥的时候和我约定，等他瘦下来了，我就带他吃一顿牛排当作奖励。真正瘦下来了，孩子又不想吃牛排了，可能只有他自己最能体会减肥的艰辛了。”看到眼前如此努力的儿子，小玉的眼神里满满都是爱。



小玉（左）在辅导龙龙写作业。

本报记者 王梦梦 摄

家有儿女



我家大厨

小小花馍蒸出浓浓年味

本报记者 朱颖江

北方的习俗，家家户户会蒸各式各样的花馍。为了能够在这天蒸出香喷喷的花馍，吕桂梅会提前作准备。她说，蒸花馍最关键的步骤就是发面，用酵母发面蒸出来的馍，比用酵母粉发面蒸出来的馍更香。

腊月气温低，用酵母发面需要十几个小时，吕桂梅提前一天和面、发面，农历腊月二十八开始蒸花馍。吕桂梅今年还准备了紫薯面、南瓜面、菠菜面，这些彩色面团能搭配出更多的花色，丰富花馍的品种。

吕桂梅向记者示范了刺猬馍的制作过程。她将一团白面放在案板上使劲揉搓，面团由扁变圆，再由圆变成片状，然后包上红豆馅，用双手揉搓成圆柱形，在一头捏出刺猬的脸，接着用剪刀在面团上方剪出细细的刺。吕桂梅的动作很快，一会儿工夫，刺猬的背上就布满了密密麻麻的刺。接着，她在刺猬的身体两

侧分别粘上四个小面团，再用剪刀剪出爪子的形状，然后用两颗红豆充当刺猬的眼睛，将一枚硬币放在刺猬嘴里。就这样，一只小刺猬栩栩如生地展现在记者眼前。

吕桂梅说，不同形状的花馍代表不同的寓意。老话说：刺猬拱门道，银钱往家捞。刺猬花馍在她的老家寓意着财，村里家家户户都会在农历大年初一将两只刺猬花馍分别放在门道两侧，祈祷新的一年招财滚滚。

“以前在老家过年，春节要蒸100多个花馍，往往是从清早忙到深夜，家里大人小孩都要帮忙。一家人围在一起蒸花馍，更是对幸福团圆的向往。”吕桂梅说。

左上图 吕桂梅在展示她做的花馍。

本报记者 吉亚南 摄

揉面、包豆馅、塑形、装饰、上笼蒸……经过一道道工序，两只可爱的小刺猬花馍就蒸熟了。

吕桂梅今年69岁，是土生土长的沁阳人，每年过年蒸花馍，对她来说是一件大事。

过年蒸花馍是我国北方地区的传统民俗之一，精美的花馍不仅象征着吉祥如意，也“蒸”出了人们满满的幸福感，寓意着人们深厚而美好的情感。

俗话说：二十八，把面发。农历腊月二十八，按照