

# 全国各地特色汤圆大盘点



元宵节就要到了,俗话说:“正月十五闹元宵。”按中国传统民俗,这天人们除了看花灯、猜灯谜,还要合家团聚吃元宵,寓意新年团圆甜蜜。我国幅员辽阔,各地饮食风俗各不相同。从做法和口味上,一般元宵分为南北派,北方元宵多用箩滚手摇的方法制作,南方汤圆则多用手心揉团。尽管风格迥异,但其内涵依旧饱满,值得人们从里至外一一细品。

## 山东芝麻枣泥汤圆

山东固有“大枣之乡”之称,用枣泥做成的汤圆向来为人所爱。大红枣煮熟去核擦成泥,然后再将猪板油去膜用刀拍碎,将红枣泥和把砂糖搓成馅心,和水磨糯米粉做成汤圆。为了让它的滋味变得更加丰富且富有变化,人们通常还会将芝麻炒熟,和白细砂糖研成细末,吃汤圆时可在芝麻末中蘸一下,油润软绵的同时,便又多了层香脆的口感,很是奇特。

## 天津蜜饯元宵

果脯和蜜饯在北京、天津一带很常见,而由此衍生出来的元宵也个性十足。顾名思义,蜜饯元宵指的便是那些以蜜饯为馅儿的,如蜂蜜加白葡萄干做馅,或是山楂、红枣口味的,多以酸甜口味为主。以蜜饯为原料,多口味元宵也层出不穷,南瓜馅、香蕉馅、甜橙馅的元宵深受欢迎。

## 成都赖汤圆

上世纪初,简阳人赖源鑫到成都挑担卖汤圆,因其汤圆质好、味美,人们称做赖汤圆。该汤圆选用上等的糯米粉加水揉匀,包上用芝麻、白糖、化猪油配制的馅心。该汤圆的特点是香甜滑润、肥而不腻、糯而不粘。

## 四川心肺汤圆

四川彭水县的风味小吃,以糯米粉制皮,将豆腐干、冬菜切碎,用猪油炒后制馅,煮熟配上卤煮的猪心、猪肺及多种调味料而成。食用时,再调以葱花、蒜末、花椒粉、辣椒等,鲜香可口。

## 长沙姐妹汤圆

长沙一家餐馆的著名风味小吃,已有60多年历史,由于早年经营这款食品的是姜氏二姐妹,故此得名,其制法是以糯米、大米磨浆,取粉制皮,用枣泥、白糖、桂花做馅。其色泽雪白、晶莹光亮、小巧玲珑、香

甜味美。

## 上海擂沙汤圆

上海的擂沙汤圆,已有70多年历史,旧时是先用一只内壁带有梭形纹路的缸瓦土沙盆,再用一支质地坚硬的石榴木作为磨粉浆的“擂浆棍”,往沙盆中放入炒香的食材,如花生、芝麻或黄豆,干磨出碎末粉状的“香沙”;最后,煮熟的汤圆在“香沙”里滚来滚去,于是粘粘的糯米丸子粘满了盈香扑鼻的“香沙”,故名为擂沙汤圆。有的食肆把它作为即点即做的点心,要吃的就是一咬馅料就有如流沙般涌出的新鲜感觉。

## 苏州五色汤圆

位于苏州吴门米粉店,以糯、粳米粉镶配,包以由鲜肉、玫瑰猪油、豆沙、芝麻、桂花猪油等配制的馅心。该汤圆甜咸皆备,为脍炙人口的江南风味。五色汤圆卖相非常好,粉红、青绿、金黄、奶白以及棕褐色的汤圆各自口味不同。馅料可以随心所欲地加,好比黑芝麻、奶油椰蓉、花生酱等。不过为保证其五色,基本的用料还是有讲究的,黄色的一般用南瓜,红色的则是胡萝卜为主料,绿的是抹茶,橙色的则需要加入橙粉。

## 南京雨花石汤圆

雨花石汤圆是江苏省传统的地方小吃,属于苏菜中的一个甜点。它的构思十分奇特,在汤圆的糯米皮中加入可可粉,使包起来的汤圆呈现条理清晰的雨花石石纹。大大的汤圆看上去就像水润的雨花石,身上还有波浪形的花纹,美得让人舍不得吃。形成雨花石,需要大自然的巧夺天工,但做雨花石汤圆,只要花点心机。

## 宁波猪油汤圆

猪油汤圆是宁波的传统名点,它用当地盛产的一级糯米磨成粉做成皮。猪板油剔筋、膜,切末斩碎,放盆中加白糖,芝麻粉拌匀揉透,搓成猪油芝麻馅心小

圆子。水磨粉加水搅拌揉搓成光洁粉团,捏成酒盅形,放入馅心,收口搓圆成汤圆。锅内清水烧沸,放入汤圆煮三分钟后,待汤圆浮起时加入少量凉水,并用勺推动以防黏锅。再稍煮片刻,待馅心成熟,汤圆表皮呈玉色有光泽时,即连汤舀入碗中,加入白糖,撒上桂花即成。

## 广东四式汤圆

先将绿豆、红豆、糖冬瓜、芋头分别煮或蒸熟,去皮,分别加入白糖、芝麻、熟猪油等调味品制成4种甜馅料,将汤圆皮分别包入四种不同的馅心,做上记号。将四种汤圆放入加糖的水中煮熟。每碗装不同馅料的汤圆各一个。特点是软滑细腻,味道各异。

## 贵州兴义鸡肉汤圆

在习惯了甜汤圆的人眼里,鸡肉汤圆是有些稀奇的。贵州兴义的鸡肉汤圆以鸡肉为馅儿,内灌鸡汤,并附上花生酱。味道异常鲜美,令人印象深刻。

## 海南鸡屎藤汤圆

鸡屎藤为叶类蔓薯植物,生长在热带潮湿的灌木丛之下,能够入药,具有清热、消炎、解毒、润肺醒脑的功效,民间叫土参。这种植物能制作风味美食。鸡屎藤汤圆是三亚地区富有特色的风味小吃。首先把鸡屎藤蔓、叶切成碎条,接着随着浸软的糯米一起碾(或舂)成粉末;然后拌上适量的水掐成大小直径为1厘米的汤圆;最后放入滚烫的水中煮,待汤圆熟了,放入适量的砂糖,美味可口的鸡屎藤汤圆就做好了。

## 港式够姜汤圆

港式够姜汤圆,在汤中加入用糖水熬制的姜汁,清淡透彻,鲜辣的姜味也不似从前那般刚劲,嵌到薄皮的汤圆里,演化出另一番暖人心肺的人间美味。姜有降逆止呕、化痰止咳、散寒解表的作用,可开胃,可解腻,可驱寒。

文华

# 养花别忽略这些细节



**扣水** 扣水是在花卉生长过程中,不浇水或少浇水以限制其生长,使养分得到积累,以利于花、芽分化,形成花蕾。如栽培三角梅、梅花、菊花、茉莉等,在新梢长到20厘米左右时,开始“扣水”,也就是2~3天不浇水,植株因缺水,顶端叶片开始呈萎蔫状态时,才少量浇水,使叶片复原,反复2~3次后,枝条顶端生长抑制,使得养分集中,促成花芽分化。

**回水** 回水是指在头一天晚上施肥后,第二天早上必须再浇一次清水。可以促进根系吸收养分,免受肥害。因前一天晚上施的肥经过一个晚上的渗透,肥料养分浓度过大,不但不易使根系吸

收,而且还会烧苗。浇了“回水”后,稀释土中的养分,有利于根系吸收。较适用于君子兰、山茶、白兰、茉莉等。

**见干见湿** 对于一些喜湿润的花卉如杜鹃、山茶、栀子等,就要按见干见湿的原则浇水,见盆土表层发白时就浇水,浇至湿润即可。要做到盆土不可长时间过干或过湿,保持“润”即可。

**干透浇透** 对于兰花、腊梅、天竺葵等喜干怕涝的盆花,就要按干透浇透的原则浇水。要等盆土干了,才能浇水。浇透就是不要浇“拦腰水”,要使盆土上下全部浇湿透。如浇不透则根系吸不到水,就会影响其生长。

刘娟