

这口海鲜米豆腐，唤醒鲜美味觉记忆

奉城拾光·烟火

记者 王璐 单晓峰 王红雨

在莼湖街道，一道看似平常却暗藏玄机的传统美食——海鲜米豆腐，以其特有的鲜美吸引着许多食客。这道看似简单的传统小吃，背后蕴藏着当地人对食材鲜度的追求和对味道的精心打磨，他们将海货的鲜美与米制品的细腻完美融合，形成了既不同于内陆米豆腐的单一米香，又区别于普通海鲜料理的独特风味。

海鲜米豆腐作为莼湖地区一道独特的风味小吃，是过年时家家必备的。据记载，米豆腐制作技艺在莼湖一带由来已久，但源于何时，已无可考。当地一些长者听祖辈回忆说，他们小时候就有过年吃米豆腐的习俗。由此推算，至少在晚清时期就盛行米豆腐，如今其已经成为莼湖的一道特色小吃。2010年6月，米豆腐制作技艺被列入第三批宁波市非物质文化遗产名录。

循着海风咸咸的味道，近日，记者来到海鲜米豆腐“根据地”——莼湖街道，探寻这道质朴美食“勾人的魔力”。莼湖三面环山一面临海，独特的地理条件造就了这里的食材有海里的，山里的，还有田里的。当地老渔民陈大伯告诉记者：“我们这儿既有海鲜，又有山货，加上肥沃的农田，做菜时讲究‘山海相连’的搭配。”这种独特的饮食哲学在海鲜米豆腐上体现得淋漓尽致。



精挑细磨 传统制作

传统美食的制作工艺往往蕴含着匠人们的智慧与耐心。做米豆腐从选米开始就十分讲究——一定要用早稻米。做米豆腐经验丰富的王亚葵说：“不糯的早米如果用来煮饭，可能是下下之选，但它却是做米豆腐的上好原料。”

一锅水煮 百味入魂

成型后的米豆腐莹白如玉，用刀切开发出“沙沙”的声响。怎么吃最好吃？是煎，是炸，还是蒸？记者不禁发出疑问。“水煮！”在莼湖街道一家米豆腐店里，正在准备食材的店主蒋亚

代代传承 匠心坚守

说起来，要成就地道的海鲜米豆腐，离不开渔嫂们与牡蛎的“刀尖之舞”。清晨的渔市上，头戴蓝布巾的渔嫂们手持特制斩刀，演绎“一扎定位、二撬开壳、三挑净肉”的绝活。“别看动作简单，这可都是技术活。”有着20年经验的渔嫂李

时的浸泡。月光下，一粒粒大米逐渐吸水，为后续的研磨做好准备。次日，浸泡好的大米被打磨成浆，然后倒入锅内煮，一边加热，一边搅拌。熬制环节最考验手艺。大铁锅内，米浆用柴火慢煮，同时要手持米杖不停搅拌。“火候要稳，搅拌要匀，稍不留神就会糊底。”王亚葵说。每

度锁住其他食材的本真鲜味，如此，以“无味”成就“百味”。米豆腐的独特之处不仅在于其本身的口感，更在于它的搭配方式。传统的海鲜米豆腐通常以鸡汤为汤底，再加入牡蛎、蛭子、蛤蜊等海货提鲜，再搭配笋片等山货。如此，挑选时下最新鲜的海鲜，搭配不夺鲜味的蔬菜，集山珍海味于一碗。“我们先把不容易熟的海鲜放进

令人动容的是，仍有不少莼湖人坚守着这门祖传手艺。“我婆婆说，没了这口鲜味，米豆腐就丢了魂。”李阿姨的话语道出了渔家人的执着。渔嫂们布满老茧的双手，不仅撬开了大海的馈赠，更守护着这份穿越三个世纪的美食记忆。如今，海鲜米豆腐不仅在本地广受欢迎，也逐渐走向更广阔的市场。蒋亚葵说：“米豆腐不仅是莼湖人的记忆，也是我们向外推广的美食。”一些餐饮从业者也在保留传统工

当黑色的“镬焦”翻上来，她就迅速用长筷夹出，确保口感。经过大概1个小时的搅动，终于等来“匠心的呈现”。“当米糊不粘在米杖上时，就到了起锅时刻。”王亚葵说，热气腾腾的米糊倒入模具后，用米杖将其抹平，“模具要提前用冷水泡过，这样才不会粘。”覆上纱布后，还需自然冷却4小时。去，比如虾、蟹、贝类，最后才下米豆腐。”蒋亚葵说，“这样既能保证海鲜的鲜嫩，又能让米豆腐充分吸收汤汁的精华。”米豆腐洁白如玉，吸饱了海鲜的汤汁，入口鲜香四溢，却又保留了本身的米香。“米豆腐就像一张白纸，海鲜的鲜美、山货的醇厚、蔬菜的清香，都能被它吸收融合，最终呈现出层次丰富的口感。”正在吃米豆腐的一位食客称赞道。

奉法于心化于行 法治春风暖“新”田 “八五”普法暨公民法治素养提升直播讲座开展

本报讯(记者 王林威 通讯员 申飞)今年5月是第五个“民法典宣传月”。昨天上午，“八五”普法暨公民法治素养提升系列直播讲座，在宁波四通通达快递有限公司活动室火热开讲，吸引了30余名快递员参加。本次讲座由区普法办、区总工

会主办，特邀浙江京衡(宁波)律师事务所律师李昊，以“法在身边——民法典实务解析”为主题，开展一堂实用、生动的法治课。据介绍，此次讲座还同步开展线上直播，直播回放功能让无法到场的新业态从业人员也能随时随地“云端”学法，通过灵活形式，打破地

域限制，扩大普法覆盖面。本次普法直播活动共吸引线上观众逾4000人。“此次讲座以‘线上+线下’相结合的创新形式，将法律知识送到群众身边，切实增强了新业态从业人员的法律意识和法治素养，为营造尊法守法用法的良好氛围

围、推进法治奉化建设注入强劲动力。”区普法办相关负责人表示。下一步，区普法办将继续开展多种形式的普法活动，推动“民法典宣传月”活动走深走实，让法治观念深入人心，为全区高质量发展提供坚实法治保障。

茶树修剪焕新颜 静待来年新芽长

本报讯(记者 王怡宁 王林威)春茶采摘季的结束，并非茶事的终点，而是新一轮茶园管护的开始。连日来，茶农们穿梭于碧绿茶园间，为茶树“理发整形”，一派忙碌的景象在茶园里铺展开来。5月7日下午，记者来到位于尚田街道桥棚村的山川茶场，只见茶农们手持修剪机，穿梭于茶垄间。随着“嗡嗡”的切割声响起，茶树上端的枝叶纷纷落下，过高的枝条逐渐呈现出平整的弧形轮廓。“‘重修剪’要剪去茶树离地30至40厘米以上的骨干枝，这样可以使养分集中到新芽上，来年春茶的品质才会更好。”区农业技术服务总站高级农艺师王礼中一边察看茶树的长势，一边指导茶农们修剪要点。剪下的枝

叶则很快被拨下来，作为有机肥回填茶园，成为茶树生长的天然养分。“茶场今年计划修剪的茶园面积达300亩左右，预计在5月20日前后完成。”山川茶场负责人胡宏祖介绍道，在修剪过程中，茶农会根据茶树的树龄和长势灵活调整修剪高度，以确保茶树能在来年长出更优质、更茂盛的新芽。记者了解到，目前开展修剪的主要是白化茶树，而长势比较好的乌牛早茶、福鼎大白等将在5月中下旬开始修剪。整体茶树修剪工作预计在梅雨季节到来前全部完成。“修剪只是第一步，后续芽梢萌发的管护更关键。”王礼中提醒，头轮芽梢是明年骨干枝的基础，需重点防控小绿叶蝉、蚜虫等病虫害。

社保联名卡发布

为个体工商户送上“政策大礼包”

本报讯(记者 郑连乔 通讯员 胡辰宇)近日，区人社局举行“健康护航，商途兴旺”联名卡发布会。该联名卡面向全区个体工商户，持卡人可享受经营便利、推广支持、财富服务和健康保障等多重权益。

作为发布会的重要环节之一，人社政策分享会吸引了现场个体工商户的广泛关注。会上，来自区人社局社保中心的业务骨干吴泽，围绕个体工商户参保、工伤保险、养老权益保障等热点问题开展专题政策宣讲，以通俗易懂的语言和贴近实际的案例，为在场个体工商户带来一堂干货满满的“社保政策解读课”。

“我们平时忙于经营，对社保政策了解不多，今天这一讲让我明白了参保的重要性，也知道了去哪儿办、怎么办，对未来多了一份安心。”

接下来，区人社局社保中心将持续推进社保政策宣传进镇街、进村社、进商圈，推动政策精准触达经营主体，不断提升广大经营者的获得感和安全感。

守护万家烟火

区市场监管局开展小餐饮“净厨”集中治理行动

本报讯(记者 毛超峰 邢昊臻 实习生 汪书乐 通讯员 林莉)一城烟火小餐饮，万家安康大民生。5月7日上午，区市场监管局开展餐饮店突击检查。

当天，区市场监管局执法人员首先来到中央花园小区附近的餐饮店。执法人员一边核对营业执照，一边检查健康证有效期。在一家面店，执法人员仔细核查食品加工原材料供货渠道的合规

性，并要求店主现场提供进货票据，还随机抽查了几袋调味品的生产日期和保质期，严查“三无”或来源不明食材。针对现制现售环节，执法人员仔细询问菜品是否当日现做。

随后，执法人员走进一家甜品店的后厨，发现该店实行“专板专用”，黄色砧板专用于切水果，白色砧板专用于处理熟食……执法人员表示这种“棕色管理”能够有效避免交叉污染，保障食品卫生安全，该后

厨各色砧板“各司其职”的做法值得推广。同时，执法人员还提醒店家，散装食品由于缺乏预包装食品完整溯源信息，其安全风险相对较高，是监管的“重点对象”，因此要及时保存散装食品的进货票据。

据悉，浙江省市场监管局发布关于开展小餐饮“净厨”集中治理行动的部署要求后，区市场监管局闻令即动，在全区范围内开展相关工作。4月起，区市场监管局落实后

厨“五净”标准和“三清”指引，重点整治小餐饮后厨环境脏乱差、操作不规范等问题，截至目前已出动执法人员1008人次，检查小餐饮单位504家。“下一步，我们将聚焦餐饮聚集街区、网络外卖商户，及连锁餐饮门店等群众关切的重点领域，加大风险排查力度，及时消除食品安全隐患，切实保障奉城群众的饮食安全。”区市场监管局餐饮服务监管科执法人员王浩威告诉记者。



“刷脸”不能太随意

记者 袁伟鑫

小袁画新闻