

# 百姓生活

Life

阡陌人家，经济聊吧

家乡味道

## 夏日面筋汤

徐子虚

每到炎炎夏日，笔者总会忆起小时候最爱喝的面筋汤。

这道菜在皖北地区非常流行，是不少人难忘的家乡味道。对笔者而言，味蕾的那头儿萦绕的是儿时纯真年代的乡土记忆。浓郁的汤汁里发红的苋菜叶、软滑可口的面筋，还有随意添加的花生碎、海带丝之类配菜，即使小孩也要喝上两三碗才肯罢休，与夏日最是相宜。

面筋汤，关键在面筋。做面筋汤的第一步便是洗面筋，这道工序也最为费时。面粉和成面团后需要醒一段时间。所以大人们有时候提前把面和好，用笼布罩上，然后去田间干活。这却给孩子们留下了可乘之机。不要小看这偷出来的小面团，这可是够孩子们玩上半天的真正玩具。

醒好的面团便可以放到清水中反复揉洗了，面粉中的淀粉被分离出来，水也就染得像白稠的牛奶，这汤水要倒到别的器皿里留着，不能轻易倒掉，农村条件艰苦，粮食来之不易，什么都要充分利用起来。差不多洗面的水成清汤状时，面团也就只剩下一块面筋疙瘩了。常说“浓缩的都是精华”，一大团面变成一小块面筋，让人不由得高看一眼，对做出来的汤自然也就爱屋及乌了。

面筋洗好，面筋汤就可以开始做了。锅里倒油加热，葱姜蒜爆炒香气，再把海带丝、花生碎等一起翻炒，加入清水烧开，把面筋放进去。

刚才洗面筋的面汤这时要发挥作用了，把面汤中澄出来的清水倒掉，浓汤加到汤锅里。不过，这加汤也是有讲究的。必须要把面水搅匀，缓缓倒入汤锅，不可一下倒太多，那样就成糊糊了。边倒边用勺子慢慢从锅底推匀，这样汤汁才爽滑可口。出锅时再添上佐料，这样一锅诱人的面筋汤就做好了。

待面筋汤稍微凉下来，端起一碗在门口觅一处阴凉，边吃边和过往的邻里乡亲拉拉家常，夏天炎热的烦恼都会抛到脑后了。

记忆中的面筋汤总与夏天联系，后来才知道，这与农时有关。因为初夏时节正是江淮平原地区的新麦收获季节，新麦黏性大，也更容易出面筋。另一方面，新麦磨面之时，盛夏初至，人们往往脾胃不佳、食欲不振。这时候面食常常是最好的振奋胃口的食物。面筋不但好吃而且含有丰富的营养，也有利于消暑去火。

面筋汤还与农村的劳动生产密不可分。母亲对面筋汤就有一种独特的感情。因为母亲家里本来是做纺织的，布纺好了之后还不能成形，松松垮垮的，卖相不好。农村条件艰苦，这时候用洗面筋的水浆一下，布就变得笔挺起来，效果最好不过。母亲讲这些，其实是想告诫我们要懂得勤俭节约，任何东西只要用对了地方，都会发挥出自身的价值。

成家之后，怀念起小时候的味道，自己尝试着做过几次，配菜可选择的更多了，但没了偷面团的快乐，少了与邻里的拉家常，这面筋汤总感觉少了一点什么，或许就是故乡的味道吧。



美味可口的面筋汤。 徐 胥摄

《百姓生活》主编 许跃芝  
责任编辑 来 洁 梁剑箫  
美术编辑 夏 一 吴 迪 高 妍  
邮 箱 jrbxsh@163.com

美味可口的泡菜不仅是人们餐桌上的佳品，更是带动农民增收致富的“金钥匙”——

# 从“菹”开始：打开百姓的泡菜坛子

经济日报·中国经济网记者 常 瑾

市场观察

在我国，泡菜作为一种可口且方便食用的菜品，受到广大老百姓青睐。尤其在泡菜发源地四川，几乎家家户户都备有几个泡菜坛子，里面腌制着卷心菜、萝卜、莴苣等各式蔬菜。在餐馆吃饭，店家都会免费配上一碟泡菜，吃完还能加。白白的碟子上搭配着鲜艳的泡菜，让人食欲大增。如果没有泡菜，客人会喊上一句，老板，泡菜！遇上脾气差点的，还会责怪：咋地？泡菜都不会腌？

如果说过去人们吃泡菜是因为生活条件有限，新鲜蔬菜没办法保存太久，那么在物质丰富、科技发达的今天，泡菜缘何依然受到人们的喜爱？

前不久，记者走进“中国泡菜之乡”四川眉山，寻找泡菜魅力的秘密。

## 穿越时空的泡菜

泡菜，古称菹(zu)，相传是3000多年前由彭祖发明。在彭祖独创的膳食养生方法中，详细记载了用盐水制作、发酵蔬果的方法及功效，也就是传统的泡菜制作方法。自此之后，泡菜便走进了中国百姓生活，成了普通人餐桌上的的一道美味佳肴。

在眉山市东坡区中国泡菜博物馆里，有一幅巨大的《泡菜风情长卷》，上面以岷江眉州码头为背景，描述了泡菜在古代百姓生活中的不同生活场景：酒店中，“菹”字幌子迎风招展，食客正在品尝东坡泡菜；士人住所，主妇捧出泡菜坛，美酒佳肴招待宾客；远处寺庙中，僧人烹制斋饭，各色泡菜，令人垂涎；农家院坝，贤惠的眉州媳妇们正在用心制作泡菜；眉州白马、瓮家等地，正在烧造泡菜坛；碧绿的菜畦绵延天边。这幅画卷将泡菜在古代眉州的种种生活刻画得淋漓尽致。



各式泡菜产品。

到了现代，随着种植业、加工业的发展，互联网、电子商务的繁荣，老百姓购买泡菜时可选择种类更加丰富，购买方式也更加便捷。淘宝网上，随意输入泡菜俩字，就可以看到成百上千种各式泡菜，有酸口的、甜口的、辣口的，可满足不同消费者的需求。

记者看到，一款名为“湖北洪湖农家泡藕带”的泡菜，仅今年5月份就卖出2万多份，买家评价既便宜又好吃。夏季炎炎，放下热气腾腾的炒菜和热汤，来一点酸脆凉爽的泡菜和米饭，不失为另一种生活方式。

今天，仍然有很多人喜欢自己做泡菜。李女士是一名土生土长的北京人，但是对来自南方的泡菜情有独钟，不仅

文化絮语

终于可以跟《欢乐颂2》中的“五美”说再见了，笔者竟然有种如释重负的感觉。与去年第一季惊鸿一瞥、令人意犹未尽的感觉不同，随着第二季的落幕，笔者身边的的小伙伴们只想问一句：“不会真的没有第三季吧？”之所以出现如此大的反差，除了口碑“扑街”，无处不在的广告植入更是观众投下低分票的关键因素。

剧中，樊胜美、邱莹莹、关雎尔一聊天就吃泡面，且只吃康师傅；所有人遇到问题第一反应是用搜狗，连应勤的人物设计都是在搜狗当程序员；“五美”莫名其妙一起去美容店做头发，只是为了安利一款洗发水；动不动搭乘电梯，也只是为贴在墙上的唯品会、悠蜜蓝莓酒等品牌广告多些存在感。观众们只是想安静地刷个剧，却被强行植入的广告“辣到眼睛”，分分钟出戏的节奏。

当然，《欢乐颂2》不是第一部因为广告植入招黑的电视剧。如今，不仅现代剧的广告随处可见，古装剧和年代剧也没能幸免。刚刚迎来大结局的《择天



泡菜厂工作人员在发酵泡菜。

自家腌了几坛子泡菜，还专门从网上买来新款的泡菜机，智能温控，只需24小时就可做好。

“经历了几千年的发展和传承，泡菜早已成为中华农耕文化的重要组成部分，泡菜不仅见证了中国饮食生活的发展和变迁，而且承载了中国人对家乡味道的情感和记忆。”眉山市东坡区“中国泡菜城”管委会主任范纯文说。

## 泡菜背后的故事

家住北京市通州区漷苑南里的张女士最近有点心烦，她在微信上看到，不能食用腌制类食品，因为里面的亚硝酸盐含量很高，容易致癌。“可是平时又很爱吃泡菜，这该怎么办？”

相信很多老百姓在食用泡菜时都会有这样的顾虑。事实果真如此吗？

中国泡菜产业技术研究院院长陈功介绍说，首先要明确，泡菜不是咸菜。老百姓平时所吃的咸菜做法，通常采用食盐直接和蔬菜混合接触的加工方法，不发酵或者浅发酵。泡菜是以新鲜蔬菜为原料，经中低浓度食盐水（一般为2%至5%）泡渍，再经过乳酸菌深度发酵所制成。乳酸菌有效抑制泡菜中的亚硝酸盐和腐败细菌生长的功能。

大量数据证明，泡菜中亚硝酸盐含量很低，成熟的泡菜亚硝酸盐含量通常在零点几，远远低于国家要求亚硝酸盐含量不超过每公斤20毫克的标准。

四川省吉香居食品有限公司是一家专注于泡菜生产、加工的国家级泡菜龙头企业。公司行政副总王丽艳说，如今泡菜的制作工艺，通过人工接种乳酸菌的方法，能立即乳酸发酵，使环境中的pH值迅速降低，从而有效杀死或抑制泡菜坛中不产酸病原菌及有害菌生长，还可促使亚硝酸盐降解。所以，不用担心泡菜中亚硝酸盐含量超标的问题。

更为重要的是，乳酸菌本身也是一种对人体非常有益的物质，它能促进营养物质的吸收，改善肠道功能，降低血清胆固醇水平和血脂浓度，调节免疫功能等。成都地区气候湿润，微生物丰富，成都泡菜每克含乳酸菌达1亿个左右，最高可达20亿个以上，是相同重量酸奶所含乳酸菌数量的数倍。

尽管我国的泡菜历史悠久，产品种类繁多且产业链完善，但是似乎一提到泡菜，很多人想到的仍是韩国泡菜。

中国泡菜和韩国泡菜有啥区别呢？陈功说，首先是蔬菜原料不同。中国泡菜的原料品种丰富（如大白菜、萝卜、青菜、榨菜、豇豆、各类水果等），韩国泡菜原料主要是大白菜和萝卜。

其次是泡渍工艺及发酵方式不同。中国泡菜先是用盐水泡渍，然后经乳酸菌深度发酵制成。韩国、日本泡菜则主要突出“渍”，属于浅发酵或者不发酵。

另外，味道口感、储存方式也不尽相同。中国泡菜产品具有“新鲜、清香、嫩脆、味美”的特点，常温下发酵、运输及储存；韩国泡菜色泽红亮，味道鲜甜，还带有酸辣味，有些还有独特的海鲜风味，低温下发酵。运输储存方式是低温冷链。

“泡菜发展至今，遍布世界各地，形成了各自不同的区域特色。按地域划分，有中国泡菜、日本泡菜、韩国泡菜、俄罗斯泡菜等。中国泡菜历史最为悠久，品系最为丰富，品种最为齐全，是世界泡菜发源地之一。可以说，中国泡菜对世界泡菜的发展影响深远。”范纯文说。

## 增收致富的佳品

美味可口的泡菜是人们餐桌上的佳品，更是带动农民增收致富的“金钥匙”。

眉山市东坡区永寿镇光华村村民伍晓勤今年60多岁，子女们都外出打工，老两口将家里的两亩多地流转给了当地的庆源蔬菜专业合作社，平时给合作社打打零工。合作社则统一管理种植蔬菜，然后再将蔬菜销售给东坡区的泡菜加工企业。

伍晓勤坦言，以前在家务农，一年下来也存不到几个钱，现在土地流转出去每年每亩不仅有1000多元收入，农忙时打工每月每人还可以挣到2000多元钱，收入大大提高。

眉山市东坡区泡菜产业局副局长陈磊说，每年三四月份，东坡食品商会都会召集全区泡菜食品加工龙头企业座谈，通过测算种植成本、合理收益等方式，统一确定泡菜原料收购保护价，企业在市场价低于保护价时按保护价收购，高于保护价时则按市场价收购，切实保障种

植户的经济利益。

为了将泡菜产业发展壮大，带动当地农民增收致富，东坡区依托区内泡菜企业聚集优势，开展“公司+基地+农户”、“公司+专业合作社+农户”等模式，形成了“市场牵龙头、龙头带基地、基地连农户”的利益连接格局。2016年，东坡区完成泡菜原料种植32万亩，居全省第一；泡菜产值达145亿元，带动区内15万农户实现年种植收入7.37亿元，带动2.6万农民就近务工，实现工资性收入10亿元。

在一产二产壮大的同时，东坡区积极拓展泡菜文化，发力第三产业，形成了三个产业融合发展的格局。东坡区连续8年成功举办中国泡菜博览会，建有泡菜风情街、泡菜文化广场、企业生产观光、万亩蔬菜体验基地，把“中国泡菜城”打造成国家4A级旅游景区，完善商务配套功能，带动三产从业人员达1.2万人。

（文中照片均由常瑾摄）



中国泡菜博物馆展示的古法腌制泡菜的工具。

# 广告“硬植入”对不住追剧观众

牛瑾

记》、去年播出的《青云志》《老九门》中，都能看到大量现代品牌的身影，以致观众吐槽“这是在广告里插播电视剧”。

可见，“剧情与广告齐飞”已经成为一种趋势。既然是趋势，就有必要说道说道。

首先，广告植入并没有错。毕竟，在竞争越来越激烈的影视行业，拒绝资本是不现实的。明星片酬飞涨、物价攀升，电视剧制作成本一路走高；步入一剧两星时代后，电视台购片价格相对提高不少，这些因素都需要片方找到更多利益点回笼资本。于是，广告植入就成为了重要选项。有业内人士表示，如果不邀请片酬极高的小鲜肉出演，广告植入费至少可以抵得过一个主演的片酬，而且在播出前期就能到位。加之，植入广告的确有助于提高品牌知名度，比如因频繁出现在影视剧而被大家熟知的锐澳预调鸡尾酒，所以，制作方和品牌方一拍即合，成就了这桩“两相情愿”的生意。

其次，观众也并不排斥广告。《影视

蓝皮书(2017)》给出的数据显示，65%的观众不排斥植入广告。从观众的观赏体验角度来看，有些植入广告不仅不突兀，反而还会让剧情和场景显得更加接地气、更真实。那么，观众为什么还对国产剧中的广告产生那么大的抵触？却极少吐槽英美剧、日韩剧中的广告植入？因为我们的广告太硬，硬到让人不舒服。也就是说，没有人会真的抵制广告，只是更喜欢“巧妙”的内容。

所谓“巧妙”，一要合情理，二要有节制。好的植入广告必须建立在不破坏剧情美感的基础上，应与场景匹配、与人物匹配，要在前期制作剧本时就进入。如果能让观众不经意间从影视剧里识别出熟悉的产品符号，心甘情愿地转换为买家，才叫创意。说到这里，必须举两个例子。一个是陪伴“80后”成长的美国动画片《大力水手》，大家记住了吃菠菜会让力气变大的秘密，却发现这本身就是一部由生产罐头菠菜厂家赞助播出的动画片；另一个是近期纷扰不断的国产电视剧《白鹿原》，用

简短的广告词和创新的云图互动，在治疗牙疼的场景插入“嘴上抹了蜜，牙齿也不腻”等“云图+段子”，为两面针品牌广告找到落脚点。

再说，即便植入广告符合影视剧的“调性”，过高的频率也会引起观众的反感。届时，广告品牌有了较高的曝光度，却不见相应的美誉度，依然不是一桩好买卖。《欢乐颂1》赢了口碑，红了“五美”，也带火了剧中植入的唯品会、三只松鼠、香飘飘等品牌；根据片尾显示的鸣谢商家名单，《欢乐颂2》各式植入的品牌商超过50家，被指沦为“广告颂”，口碑遭遇“滑铁卢”。两相对比，说的就是节制的問題。

可见，广告植入并不简单，想在剧情与品牌之间获得平衡，这钱也并不好赚。与其“拿钱生砸”，不如把钱花在创意上，想想怎么能让追剧的观众更容易接受。此外，还有一点要说明，文中提到的品牌，绝不是“评论+广告”的植入，只是想让大家一起感受乱飞的广告给追剧的观众带来的苦恼罢了。