

宁波年糕年年高

“十二月忙年夜到，挨家挨户做年糕。”年糕，这一江浙地区传统年味的代表，承载着民众对美好生活的向往。随着春节的脚步，宁波年糕，已经备起来了。

乡俗

在浙江宁波，制作年糕是庆贺新年的重要传统。曾经，春节来临前，家家户户都要手工制作几十斤至上百斤年糕。如今，这样的习俗在寻常人家已不多见，但宁波浙江北区的慈城镇王家坝村的沈四芬老太太依然坚持着这一传统。

“一家人都来了，正好做年糕，多做点。”她指挥着家中的老老少少，将小磨子、石捣、石臼搬到院子里。米前几天就挑好了，又浸泡了整整一夜，吸足了水分，更易磨出细腻的米浆，米浆干燥后变成块状的米粉，再用双手仔细地揉搓，随后用急火煮熟，放入石捣臼。

接下来便是做年糕时最为劳累的环节，也就是“打年糕”。沈四芬的大孙子张介明儿时看着长辈做年糕，如今他接过石捣，担起春揉年糕的重任。年糕在一下下的敲击中逐渐变实、变糯，米香味弥漫整个院子。

石捣一停，弟弟妹妹们便单手探进石捣臼，迫不及待揪下一块年糕塞进嘴里。大家笑作一团，又各自忙开：有人找出一坛沈老太自己腌的雪里蕻，刚腌了几天，正是空口吃也酸爽的时候；有人从冰箱里取出猪肉，在灶台下抓了个冬笋，分别切丝切片；有人把粗粝压了个模的年糕切成片……这个时候，锅已经热了，肉丝炸出油脂，再抓一把咸齏，加上冬笋丝、年糕片，倒入开水，等锅滚起，油亮亮的咸齏肉丝年糕汤便算是做好了。

年糕汤酸咸可口，年糕片软而不糊，糯而有骨，再加上笋丝、肉丝，别有风味。“冬天里就等这一口，舒坦！”张介明说，“自家做的年糕就是不一样，年糕汤、炒年糕，味道都超级棒，感觉特别有嚼劲。小时候就盼着过年前和

兄弟姐妹们一起吃年糕，这样才有年味儿。”

灶上一锅接一锅煮得正欢，沈四芬将几根年糕放在柴火堆里，待时机成熟，夹出外表微焦的年糕，内里却柔软无比，油香、焦香、米香混在一起，引得家中的小辈们一阵欢呼。沈四芬不紧不慢地将其余年糕分成小块，浸在瓦甬中，随吃随取，可以从腊月一直吃到来年。

年糕吃法丰俭由人，可以当菜，也可以当主食，同大多食材都能搭得来。在宁波市民林晨雨的记忆里，年糕是饭桌上的主食之一。他妈妈隔三差五就会去超市买上几斤水磨年糕，“年糕拆开放水锅里泡着，过几天换一次水”。这是宁波家庭一辈辈传下来的生活小妙招。

锅里烧开水，捣散前一天晚上的剩饭，加上一些切好的年糕片，再打上一个鸡蛋，适当调味后，盖上锅盖等一小会儿，便是一碗热腾腾的年糕泡饭。“这种做法看起来很简单，但是天冷的时候吃上一碗，可以热乎一天。”林晨雨说。

合着时令，宁波人把年糕的美味发挥到了极致。春天用荠菜炒年糕、草头炒年糕，开汤后有白蟹炒年糕，天气冷了煨上几根年糕……宁波年糕总能变着花样慰藉家乡人，随着袅袅的炊烟，年糕“乡”气弥漫四方。

乡土

老话说“江南年糕推宁波，宁波年糕数慈城”。1994年版的《宁波市志》记载：宁波年糕柔滑细腻，久浸不糊，昔以梁湖米年糕，今以慈城年糕较佳。

在原料方面，相较于江南其他地区用糯米或糯米中掺杂一点粳米的做法，慈城做年糕只用上品的晚粳米，且必须是当年新产的。如此制成的年糕方能软滑可口，不粘唇齿。

工艺方面则更有讲究。相传，清朝时期，慈城人陈培基借鉴豆腐制作之法，改良年糕制法。到了光绪年间，水磨年糕已成朝廷贡品。

2009年，“慈城水磨年糕手工制作技艺”入选第三批浙江省非物质文化遗产名录。

从优质糯米到慈城年糕，要经历种、选、浸、磨、蒸、舂、印等纯手工工序，这是一个繁琐的过程，也是一种费力的活。慈城人用机器替代了手工制作年糕中最费力的舂年糕。产量上去了，“冯恒大”“如意”“绿藤”“义茂”等本土品牌也纷纷崭露头角，这些品牌带着宁波年糕远销新加坡、加拿大、澳大利亚等国家和地区。

2018年，慈城年糕产业园建成，并成立了由33家年糕产业相关企业组成的慈城年糕产业协会。2020年11月，多家年糕龙头企业获批使用“慈城年糕”地理标志专用标志。

时值岁末，各家年糕民营企业正加班加点赶工。在慈城绿禾食品有限公司，年糕成型机、年糕传送带等多条自动化生产线整齐排列，经过浸米、磨浆、压榨、磨粉、上蒸等多道工序，一条条雪白的年糕热气腾腾地从机器中冒出。为了找到最佳的原材料配比，公司负责人杨红波会把不同年糕放在清水里煮，邀请朋友一起品尝，并根据大家的反馈进行选择和改进。

“品质是年糕企业的生命。好米、好水、好环境，加上传统考究的制作工艺，让这块小小的年糕既软糯又有嚼劲。”杨红波说，“我们至今仍用传统木桶蒸粉，这些木桶都是村里老人手工制作的。”

乡情

“以前去上海探亲，我妈妈都会提早买好几袋宁波年糕，沉沉沉沉，我们一路提着坐船摇到上海。”小时候的林晨雨不明白，为什么要千里迢迢带去这些“白白胖胖的重玩意”。长大后，林晨雨下班回家，取出两根由远在家乡的父母寄来的宁波水磨年糕，轻轻切片。再随手摘洗一把鲜嫩的青菜，调味时更不忘添上一勺猪油。随着热气袅袅升起，油花在清汤中悠然绽放，瞬间唤醒了沉睡的米香。

1989年，宁波甬港联谊会副会长缪广才头一回到香港去看望宁波乡贤，专门带的宁波“土特产”水磨年糕，一上桌，眨眼工夫就被抢光了。道别时，香港的宁波老乡们一个劲儿地说，以后可别忘了再带点

家乡味来，让他们解解馋。

如今，网络平台与各地商超都可以买到正宗的宁波水磨年糕。不仅如此，年糕成为慈城镇乃至宁波市发展文旅的重要抓手，糖桂花年糕、海鲜荠菜炒年糕、宁式鳊丝炒年糕、苔菜脆皮年糕、大白菜冬笋肉丝炒年糕、墨鱼汁炒年糕、白蟹炒年糕……一道道美食让游客感受江南传统又烂漫的烟火气。

慈城镇的年糕主题餐厅是不少游客的打卡地。近年60岁的邵建芬早年在海外工作，退休后回到宁波老家。作为“甜口党”，她每次来慈城都要点上一碗糖炒年糕。“我们老话说‘糖炒炒，油爆爆，吃得嘴角生大泡’，加上桂花，谁能忍住不趁热吃呢？”末了，再带走几包现炒的年糕干，一趟City Walk(城市漫步)才算完整。

在一代又一代宁波人的生活中，年糕分量不小。农历新年前的祭祖仪式上，年糕必不可少。拜寿、走亲访友，六根、四十八根、六十六根的年糕寓意“六六大顺”“禄禄顺”等，妙趣横生。作为礼物，年糕还被点上中国红，象征着吉祥、幸运，寄托着深深的祝福。当“毛脚女婿”上门拜访，丈母娘若对其满意，便会端出甜美的糖水鸡蛋，其中必定添加了年糕。

往昔，街头巷尾偶遇爆米花小贩时，孩子们总会怀揣一碗晒干的年糕片前去，期待白烟缭绕中现身的肥美白皙、酥脆甘甜的“膨化年糕片”。如今，老大伯一句提醒“要放炮了哦！”路人会下意识捂着耳朵跑远，等着一声“嘭”的巨响，再跑回来买一袋新鲜出炉的年糕片。

宁波随处可见的石梁桥，桥墩采用两头半圆的条石设计，以防水草缠绕，被当地人亲切地称为“年糕墩”；做年糕时熟粉团成糕收口时剩下的零星部分被称为“糕蒂头”，用来做成生肖或者元宝等形状，图个吉利，这个词儿也被用来形容初生婴儿凸出的下巴，形象地描绘那份软糯可爱的触感。

年糕，这种寓意岁岁登高的香糯主食，紧紧粘着游子的心，也紧紧系住那份连绵不绝的乡愁与温情。



生活中的经济学

“扶墙进扶墙出”，是不少吃货眼里打开自助餐的正确方式，钱已经花了，回本是关键，少吃就是亏，吃多才赚到。于是，便开始了一盘又一盘取餐，撑得不行方才罢手。

胡吃海喝真的赚到了吗？从边际效用递减角度来分析的话，其实未必。作为经济学的一个重要概念，边际效用递减描述的是随着消费某种商品或服务数量的增加，消费者从每增加一个单位的商品或服务中获得的额外满足感会逐渐减少，直至为零甚至为负数。

在吃自助餐时，刚动筷子那会儿吃啥都香，但随着时间的推移，边际效用慢慢减少直到为零，这个时候吃自助餐的总效用是最高的，也是停下筷子的最佳时机。但现实中，很多人却不想停下来，总觉得吃少了就是一种损失，哪怕此时胃已难承其重。

自助餐经营者常会利用消费者“吃回本”的心理，对外宣传餐厅拥有丰富菜品、高价食材，还会灵活定价，开展各种促销活动吸引顾客。顾客临门，如何实现收益最大化成为商家考虑的问题。他们一方面通过限时限量消费、提供小分量餐具、控制菜品供应速度等减少食物浪费，另一方面从原料批量采购、菜品集中加工等方面发力来降低成本，保证盈利。

“进口车厘子畅吃”“不限次数排队领大闸蟹”……也有一些商家把自助餐作为引流手段，将盈利大头放在其他项目上，比如将含有高档食材的自助餐作为卖点的温泉酒店等。这些自助餐品质的优劣、性价比的高低同样也在一定程度上影响着商家的利润水平。

一方想吃回本，一方想多赚钱，自助餐上演的其实是商家与消费者的博弈。那么，该怎样让这种博弈成为双方共赢的正和博弈呢？

作为消费者，简单粗暴地把自己吃撑肯定不是“自助”江湖里的高手。在充分了解自身需求和避免浪费的前提下，要善于运用自助餐的用餐规则，巧妙分配用餐时间，实现效用最大化。不在量上“回本”，而在结构上“优化”。找个合适时间，带着能享受优惠的老人和孩子，前往口碑好、人气旺的餐厅，优先选取平常不舍得吃的食材、家里不常做的菜品以及性价比高的食物，循序渐进取菜，合理控制食量。

对商家来说，则要拿出足够优质的产品和真诚的服务。总有消费者吐槽：部分自助餐广告言过其实，品质降级、种类减少等现象时有发生。如何选择科学的定价策略并制定明确合理的用餐规则，商家需要好好动一番脑筋。可以根据不同消费时段、不同顾客群体来设置不一样的价格和菜品种类，尽可能多地吸引顾客。此外，还应充分尊重消费者知情权，通过有效沟通，帮助消费者作出更合理的用餐选择。

吃垮一家自助餐厅不是消费者的本意，让顾客吃得既不舒服又不舒心也不是商家的目的。在相互尊重和理解的基础上，各自运用合理的策略和规则，才能实现“你吃好我赚钱”的共赢局面。这，也正是博弈论的精髓所在。

余健

查干湖上看冬捕

马洪超

“出鱼啦！”随着满是大鱼的渔网露出水面，站在渔网缆绳两侧的人群欢呼起来，纷纷举起手机拍照留念。2024年12月28日，吉林松原查干湖第23届冰雪渔猎文化旅游节开幕，众多游客相聚于此，体验了一场传统冬捕盛况。

祭湖醒网、人工凿冰、冰下走网、马拉绞盘……延续千年的冬季捕鱼方式，让查干湖这个“中国北方最后的渔猎部落”充满了神秘感。北京游客张圣楚抑制不住内心激动，“从未见过如此壮观的捕鱼场景，这次来查干湖真是大开眼界，没想到冰下捕鱼是这样操作的”。

“1199999元一次，1199999元二次，1199999元三次，成交！”在开幕式的“头鱼”拍卖仪式上，象征着吉祥好运的查干湖“头鱼”从起拍价99999元一路上涨，最终拍出了高价。负责该网的38岁的“渔把头”马文岩，家里三代以捕鱼为生，捕鱼经验丰富的他风向和冰雪厚度等信息就

能准确定位鱼群。他说，多年来，“头鱼”拍卖所得款项都会存入查干湖生态慈善基金，用于查干湖生态保护。

近年来，查干湖水水质日益改善，鱼的品质越来越好。在保护生态基础上，当地生态旅游快速兴起并火爆出圈，村民收入不断提高。上个冰雪季，查干湖累计接待游客141.73万人次，同比增长229.92%，实现旅游综合收入12.47亿元。

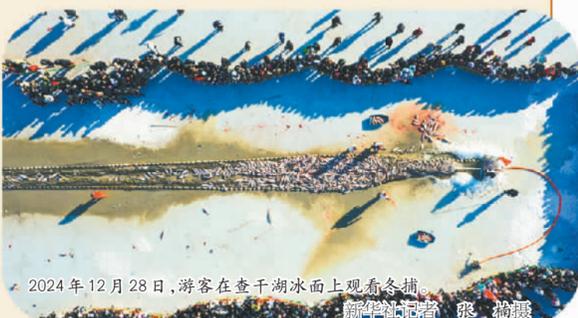
看冬捕、赏冰雕，游客们连连拍照打卡，格外考验体力和电子产品的电量。在开幕式舞台后方，几名游客正站在一款“冰上移动手机充电桩”旁边为手机充电。冬季的查干湖，手机、相机等电子设备容易因低温失电。这个冬季，国网松原供电公司查干湖冰雪活动主区域设立“电力冰雪服务驿站”。不仅如此，冬捕场地还增设了多个移动保暖屋，确保游客在享受冰雪乐趣的同时感受到温暖与舒适。

“在冬捕节开幕式前一个多月，我们店里那天的餐位就已经预订满了。”在开幕式场地西侧不远处，曲丽杰的渔港农家乐座无虚席。这个2013年返乡创业的大学毕业生，一边向外地游客推荐自家菜品，一边介绍店里可以邮寄的查干湖“全鱼宴”礼盒。礼盒里有不同品种的鱼，从几百元到上千元不等，销售好的时候，曲丽杰家的“全鱼宴”礼盒一天可卖出几万元。

与往年不同，本届查干湖冬捕节打造了一个沉浸式探秘冬捕文化主题园区——查干湖龙鱼部落度假区。走进其中的“腾鱼雪洞奇缘”区域，人们仿佛进入了一个雪雕世界，一组组雪人、雪雕吸引了不少游客驻足

拍照打卡。

“园区将在冬季全天开放经营，并增加夜间活动场景，为游客提供全时段、全区域、全方位的沉浸式探秘冬捕文化之旅。”查干湖旅游经济开发区管委会副主任刘大伟说。



2024年12月28日，游客在查干湖冰面上观看冬捕。新华社记者 梁 焱摄