

柴火蒸『月儿』 老味道里话传承



陈桂香和季会香(左一)把做好的“月儿”放进大锅蒸。

本报讯(潍坊日报社全媒体记者 郭超)中秋节“念月”是老潍县的传统习俗。由于“月儿”做起来比较麻烦,现在会做的年轻人越来越少。为营造浓厚的节日氛围,近日,潍城区望留街道居民胥德美、陈桂香、季会香、玄秀红、李建红等人自发组织做“月儿”,希望通过一个个“月儿”,让子孙后代了解传统习俗,代代传承下去。

“老玄,这锅再蒸6个‘月儿’……”9月23日上午10时许,记者来到望留街道槐行村看到,胥德美等人围坐在面板四周,分工协作,有的忙着擀面饼,有的忙着在圆饼上摆放红枣,还有的负责用梳子、剪刀等工具制作造型逼真的花朵、小兔子,并将它们放在面饼上方。在她们的巧手下,一个个“月儿”很快就做好了。

在大家忙着做“月儿”的时候,那边大锅下柴火烧得正旺。一个个“月儿”被放入锅中后,不一会儿,就热气腾腾,麦香弥漫。约40分钟后,寄托着长辈美好祝福的“月儿”就出锅了。刚出锅的“月儿”有些烫手,但孩子们已经忍不住想咬上一口了。

旧时,每到中秋节前几天,家家户户忙着做“月儿”。妇女们相互学习,取长补短,把“月儿”做得越来越漂亮。“念月”完毕,就可以分着吃了。一人一块“月

儿”,在那个物质匮乏的年代,这手中的“月儿”就成了人间美味。

近几年,槐行村的几名妇女为了让村里的晚辈在中秋节能吃上“月儿”,每年都连蒸三天,制作二三百个。“小时候就盼着过中秋节,吃个香喷喷的‘月儿’。现在生活条件好了,超市里也能买到‘月儿’,却不如亲手做的香。”玄秀红说,大家在一起做“月儿”,不仅找回了当初的那种氛围,还能让子孙后代了解这一传统习俗,再辛苦也值了。



看着刚出锅的“月儿”,小朋友忍不住想咬一口。

爱心商家请客 环卫工人共享中秋“家宴”

本报讯(潍坊日报社全媒体记者 刘晓梅)中秋节即将到来,连日来,青州市志愿者协会联合众多爱心商家共同开展了关爱环卫工人志愿服务活动,有的请环卫工人到店内吃烤鱼、喝羊肉汤等,有的为环卫工人送上月饼等节日礼物,让他们感受到来自社会各界的关爱。

周家来的老饼烤鱼店位于青州市区尧王山东路。9月25日中午,忙碌了一上午的7位环卫工人陆续走进烤鱼店。周家来热情地招呼着,让他们先喝水。随后,他亲自下厨,很快就做好一大盘香气四溢的烤鱼,还有各种配菜,让大家尽管吃。

“老板做的烤鱼真香,太感谢了。”7位环卫工人围坐一桌,一边聊家常,一边享受美味佳肴。饭后,周家来还向环卫工人发放了中秋月饼,送上节日祝福。

2019年,周家来主动对接青州市志愿者协会,挂牌成为“环卫工人爱心就餐点”,4年来他每月都请环卫工人吃饭。他表示,环卫工人起早贪黑,工作十分辛苦,希望能有更多爱心人士加入关爱环卫工人的队伍,尊重、关心环卫工人。

当日中午,青州市区海岱中路上的临朐木柴全羊店也很热闹。店老板温如军请客,请10位环卫工人饱餐一顿,并为大家准备了月饼。

9月23日,在青州市区尧王山东路上的一家通信器材商行门前,志愿者为10位环卫工人送上了月饼等节日慰问品。该商行老板王鑫远是青州市志愿者



环卫工人受邀免费吃烤鱼。

协会龙苑志愿服务队队长,2020年,他主动对接协会,挂牌成为“环卫工人爱心饮水休息点”,为环卫工人提供歇脚、驱寒避暑的休息场所。

截至目前,青州市先后有229家爱心商家加入到关爱环卫工人志愿服务活动中,提供免费饮水休息、免费就餐、免费理发、免费理疗等服务内容,惠及青州市2000余名环卫工人。“小行动”传递“大温暖”,本次志愿服务活动传递的不仅是温情,更是理解和尊重。

传统民俗迎中秋



9月26日下午,在城区十笏园非遗空间,由潍城区文明办举办的“传统民俗迎中秋”活动正在进行,现场通过经典诵读、月饼制作、古琴演奏等形式向广大市民弘扬传统文化,丰富市民的文化生活,营造喜庆、祥和的节日氛围。

潍坊日报社全媒体记者 张驰

巧蒸“月儿”暖人心



本报讯(潍坊日报社全媒体记者 王路欣)为营造浓厚的节日氛围,丰富辖区居民的精神文化生活,9月26日,潍城区城关街道曹家巷社区在活动室开展了“蒸‘月儿’暖人心 迎中秋庆团圆”活动。

活动开始后,社区志愿者巩世霞作为“老师傅”,详细讲解了“月儿”制作方法和注意要点。听完讲解,居民们有模有样地忙活起来(上图),活动现场欢声笑语一片。

居民们纷纷表示,开展这样的民俗活动非常有意义,让大家了解并重视这项民间传统习俗,将“念月”、“蒸‘月儿’”习俗传承下去。同时,这次活动促进了社区与辖区居民的互动,增进了邻里关系。

月饼虽美味 孕妈应慎食

本报讯(潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 季晓琳)在中秋佳节,赏月、吃月饼是传统习俗。面对香甜诱人的月饼,孕妈可以开怀畅吃吗?对此,潍坊市人民医院产科医学中心医生宋会会提醒,月饼虽然美味,但是孕妈不要多吃。

宋会会表示,对于大多数孕妈来说,是可以吃月饼的,但是不建议多吃。通常情况下,月饼属于高糖分、高脂肪、高能量的食物,吃多了会影响血糖、血脂,而且不利于肠胃健康。有妊娠期糖尿病的孕妈要慎食月饼,避免造成血糖异常,加重病症。超重和体重增长过快的孕妈也要慎食月饼,避免超重,增加难产几率。

那么,孕妈该怎么吃月饼呢?宋会会提醒,首先,宜早不宜晚,吃月饼宜在白天,便于消化,可安排在两餐之间。宜少不宜多,每天少量食用,不可吃太多,而且不宜空腹食用;其次,宜新不宜陈,尽量选择生产日期新鲜并且添加防腐剂较少的月饼。