

好水出好粉 闽清茶口粉干享誉海内外

闽清县塔庄镇茶口村之所以得名“茶口”，是因为村里的井水清甜可口，像溶进了香茶。历经十三道工序，以当地泉水加工出的茶口粉干颜色洁白，口感滑糯清香，享誉海内外。

茶口村生产粉干已有800多年的历史。去年，闽清茶口粉干制作技艺被列入省级非物质文化遗产名录。3月13日，记者驱车来到茶口村，探寻闽清茶口粉干制作技艺。

以当地泉水加工 口感清香爽口

13日，记者在省级非物质文化遗产传承人林建辉的粉干生产车间内看到，一排排架子上铺满了待烘干的粉干，几台大风扇在呼呼地转动着。

“做粉干要看天气，雨天容易发霉，所以一年365天，大约只有200多天能生产。”林建辉介绍，相传，南宋嘉定年间，林氏先祖林孔二就在闽清五都(今塔庄镇)茶口加工粉干出售。此后，林氏后人多以加工粉干谋生。

茶口村产的粉干细润柔韧，久煮不断，食之爽口，隔餐不饿，因而闻名遐迩。“这和茶口的水质，粉干的选料、做工等密切相关。”林建辉说，茶口粉干选料严格，一般选用晚稻，这样的大米制作出来的粉干才筋道、耐煮。淘米、泡米等生产过程则要用茶口当地的优质泉水，这样制出的粉干吃起来才会清香爽口。

13道工序环环相扣 制粉干得会“观天象”

茶口粉干的制作需要结合气温、湿度、风力等因素，经过淘米、磨浆、压浆、捣丸、煮丸、压粉、煮粉等十三道工序，这些工序环环相扣。

据介绍，先要将浸泡后的大米磨成米浆，再把磨好的米浆压干制成团，接着将“生丸”放到锅内煮至七八分熟，捞起放到石臼或挤压机捣炼并制成粉丸，而后静置一段时间。



晾晒过程中，粉干需人工翻面。

福州晚报 FZ Evening News

“压浆和静置的过程实际上也是发酵的过程，发酵多长时间全凭经验。”林建辉说，煮丸很考验“功力”，如果煮得太熟，做出来的粉干就不够筋道。如果煮得不够熟，在后续煮粉的过程中容易散失米浆，浪费原材料。

粉丸做好后要用压粉机压成粉条，并放进沸水中煮几分钟，这个环节叫“煮粉”，然后捞起风干。林建辉说，整个流程下来，一般需要两三天。所以，生产粉干前，要判断接下来两三天会不会下雨。这不单靠天气预报，还要凭借长期积累的经验。

茶口粉干列入 地理标志保护产品

相传，郑和下西洋时，曾携带茶口粉干，沿途赠送给外国友人。现在茶口粉干不仅供应省内外，还远销美国、日本、马来西亚、新加坡等地。

“如今茶口粉干生产过程引入了机械，但传统的工序不变。”林建辉说，现在他们公司一天可以生产800公斤粉干。而在以前，茶口村一户人家一天只能生产约15公斤粉干。尽管已经引入机械，但林建辉至今仍保存着传统手工设备。

近年来，茶口村成立了茶口粉干协会，保护茶口粉干这一品牌。2012年，茶口粉干被列入国家地理标志保护产品。

(福州晚报记者马丽清/文 张旭阳/摄)

城关中学李晓荷获省第33届青少年科技创新大赛一等奖

本报讯 3月25日，县城关中学初三(9)班李晓荷同学的创新项目“插入式自动调光压舌板”在福建省第33届青少年科技创新大赛中获得一等奖和卢嘉锡基金专项奖。自2017年3月以来，在学校科技创新小组老师黄秀钦与刘香莲的指导下，李晓荷过五关斩六将，通过了县赛、市级初赛复赛，最终选拔进入省赛并获奖。

平时，李晓荷注意到大多数医务科室利用压舌板检查患者口腔咽喉病时，要一手拿压舌板一手拿手电筒完成。如果患者不配合特别是小儿头摇来摆去，就会给医生的检查造成很大的困难。如何让医生方便、准确地检查，经过反复思考、分析、比较，李晓荷最终想到了用插入式自动调光压舌板来解决这个问题。插入式自动调光压舌板巧妙地将压舌板与灯光合二为一，体积小巧，成本低且能节约能源，不仅实现

医生单手操作，而且检查效果更好，也更安全卫生。经实验调查，插入式自动调光压舌板具有较大的市场需求。

据悉，本届福建省创新大赛复赛于3月22—25日在福州市举办，共收到824个项目。经评审，共有159个青少年科技创新项目、22个科技辅导员科技创新项目参加复赛答辩活动；有16项优秀科技实践活动项目、65幅优秀科幻画作品参加展示活动。福建省青少年科技创新大赛是一项全省规模最大的中小学生学习科学探究和科技辅导员创新成果的综合性科技竞赛，每年举办一届，已有30多年历史，每年约有40多万中小学师生参加各级创新大赛。该大赛现已成为闽台青少年科技交流的重要平台，越来越引起社会各界的支持和关注。

(县城关中学)

黄苏宝获全国举重锦标赛第二名



本报讯 3月20日—23日，2018年“体彩杯”全国U13U14举重锦标赛在江苏无锡举行，我县输送的运动员黄苏宝在男子U14组56kg获得第二名的佳绩。(县科技文体局)

禁毒讲座走进校园

本报讯 3月27日，县法院干警走进闽清县教师进修校附属小学，开展了以“做自己的首席安全官——平安校园行”为主题的法治安全宣传教育活动。

活动以禁毒教育为主线，以国旗下讲话为形式，通过介绍什么是毒品、毒品的分类、常见的毒品、毒品的危害、毒品相关法律法规与案例以及如何防止沾染毒品等六个方面，让在场700余名师生认识毒品及其

严重危害性，从而提高警惕，远离毒品、拒绝毒品，做一个对祖国、对社会和对家庭有益的人。

活动中，县法院干警以互动问答形式，来调动学生的积极性，深化学生对毒品知识的理解并加强学生对毒品的防范意识，使他们明白“珍爱生命，远离毒品”绝不仅仅停留在口号上，而是要自觉地与毒品犯罪等违法行为作斗争。(罗立军)

春游踏青温馨提示

阳春三月，最是适合春游踏青的季节，毕竟春游对于身心健康是非常有益的。但是春游也要注意一些保健要点，否则会适得其反。

注意换季保暖

春季“乍暖还寒”之时，天气变化无常，时冷时热，时风时雨。因此，最好提前取得旅游目的地的气候资料，出行时的穿着以轻便暖和为宜，随身要带保暖外套。

时刻注意防晒

春季万里无云的天气，紫外线较强，春光中的紫外线没有我们想像中那么温柔，它会潜入人体直接暴露的皮肤，面部皮肤被太阳晒得绯红发热，千万别用冷水洗面，应该让皮肤休息一会儿再用温水洗。

防止昆虫叮咬

春天是万物复苏的季节，也是各种昆虫滋生的季节，如果你不慎被昆虫叮咬，切忌置之不理，更不可搔抓，而应立即涂擦风油精或皮炎平糖皮质激素，被松毛虫、蜘蛛、蜜蜂、蝎子等叮伤后应冷敷处理。

注意风向走势

春游如在外野炊野餐烧烤，要注意风向，不要随便丢弃火种，做到人走火灭，余火熄灭，以免引起火灾。

预防花粉过敏

春天百花争艳，要注意预防花粉过敏。首先要找准过敏源，最好先到医院进行过敏源检测，如果没有进行过彻底的脱敏治疗，春游地点应尽量避开有花之处。

出游前可事先口服抗过敏药物，户外活动时不要近距离“沾花惹草”，不要在草地上睡觉，不要用口唇、鼻子及面部直接与花朵或树叶接触，以免过敏现象发生。

击退春困烦恼

“春困”是常有的感受，因此要避免过度劳累，春游时要量力而行，不要登高走远路。冬季室内活动较多，身体各器官的功能都处于一个较低的水平。因此，春季锻炼首先要把握适度的原则，以恢复人体机能为主要目的，不能盲目追求运动量。

注意饮食安全

旅途中应尽量做到规律饮食，切忌暴饮暴食，以免引起肠胃不适。旅途中要预防肠道传染病，游客应尽量饮用熟食，趁热食用，清淡为宜。生水、生冷食品、卤味食品最好少吃或不吃。常用药品最好随身携带，如肠胃药、感冒药、跌打损伤药、防失眠药、晕车药等。

(来源:综合央广新闻)

人生是一场自我的救赎

——读《追风筝的人》有感

知道这本书是很多年前，真正地读完却是在最近。“为你，千千万万遍。”这是看完这本书后我久久铭记脑海的一句话。没有万语千言，寥寥数字却阐述了信任、忠诚、最真挚的友谊、最无私的爱。

毋庸置疑，这是一个自我救赎的故事。小说的主人公阿米尔从小生活在阿富汗一个富裕的家庭，有大房子、大花园和忠诚的仆人。从客观上来说，这种天生的优越感是不会让他把一个人当做真正的朋友的。另外，父亲时不时地表现出的对哈桑的爱，让阿米尔对哈桑有了一种说不清的嫉妒。他懦弱、胆怯、过于敏感、满心嫉妒，所以，作为“主人”，他可以随意侮辱哈桑，伤害他、背叛他，他对哈桑所做的一切可以说是“劣迹斑斑”。

细看全文，不难发现，其实阿米尔又是善良的。他内心柔软，看到哈桑在电影院低声啜泣时，用手臂环住他轻声安慰；有着强烈的道德感，在每次嘲弄完哈桑后心怀愧疚，总是试着用衣服和玩具来弥补；无比渴望父爱，即使只是为父亲

捡帽子这个小事，因为可以让人看到自己是父亲的孩子而欣喜不已；童年的大部分时光与哈桑形影不离，在山丘的石榴树下，他会念《列王纪》给哈桑听，读罗斯坦和索拉博的故事，一遍又一遍……所以，面对对哈桑犯下的错误，他一生都背负着沉重的十字架，无法原谅自己对哈桑的背叛。

哈桑是个追风筝能手，他总是能跑到最厉害的风筝，连阿米尔也无法解释原因，但他却十分肯定地知道，因为哈桑就是那样，为了友谊一诺千金。当哈桑夸赞阿米尔“瞎编”的故事精彩时，阿米尔给了哈桑一个大大的拥抱，哈桑是欣喜的，他也认为阿米尔也把自己当成了朋友，这是他初尝友情的甜果。为了这份友谊，即使童年时阿米尔嘲笑他不识字，始终视他为仆人，在他遇到危险时见死不救，甚至诬陷他偷窃，但只要与阿米尔相关，他什么都能原谅，直到最后，他为了保护阿米尔的房子而死，无怨无悔。他用生命实现了他的誓言：“为你，千千万万遍！”他那种不含任何杂质的纯粹信任、忠诚和爱，让鬼魅的他、

木讷的他、勇敢善良的他，成为了多年后阿米尔心中一个天使般的存在。

多年以后，当任性的阿米尔经历了生活的艰辛，他深深地明白，原来愧疚从发生时就已存在，只不过是自己没有勇气承认和面对。一个偶然又必然的机会，当得知自己有机会赎罪时，

他毫不犹豫地踏上了重返阿富汗之路。他敢于面对错误的勇气，令人钦佩。在解救哈桑的孩子埃博拉的过程中，阿米尔表现的像个勇敢的战士，丝毫没有了以前的软弱和怯懦。最终，他冒着生命危险救出了索拉博——这个名字，是他曾经读给哈桑听的那个故事中的名字。他知道，他救出的不只是索拉博，他也解救了自己，救赎了自己多年来从未平静的心。

其实，不只是阿米尔，我们每一个人，在还是孩子的时候，总有一些不负责任的错误和自以为是的表现，无论多久，都尾随我们成长，不容我们相忘。重要的是，你是否有面对曾经糟糕的自己的勇气。这本书，为我们指明了一条再次成为好人的路。

(吴俊青)

书海泛舟

古晋美食介绍：“小茶室”浓浓福州住家味

由员工协助，约莫九点左右所有菜色都能上桌。虽说以福州菜肴为主，但任何她认为应该受大家欢迎的菜色也一并推出，所以菜色越做越多。如此忙碌并快乐着，只因顾客回报的满意笑容是最大推动力。

(诗华日报)游晓峰

梅菜扣肉

梅菜和扣肉这个组合一般都不会太难吃，但其实煮过程并不简单。美味的梅菜扣肉绝非真如厨师轻描淡写那般容易。这道家常菜在小茶室算是出场率很高的一道，大多数人在品尝过后都会呼朋唤友继续光顾。我对扣肉其实还好，因为向来少吃肥的部分，所以端上来时先尝一口梅菜，眉头一挑，嗯，首先入味是必然，汤汁咸甜香浓口口催人下饭，再挖一口瘦肉，软嫩度在我品尝过的梅菜扣肉中数一数二，但绝非一触即散那种软烂，这道菜还真挺多人买账。

酱猪蹄

猪蹄数量不多，加上市面售卖的人也不多，所以老板娘这道酱猪蹄基本上挺受欢迎，她称这道菜爱的人就很多，不爱的人就会奇怪何以瘦肉没半块居然还能胜过其他菜肴，原因猪蹄本就重，自然胜过他人。品尝之时先从那黑得发亮的猪蹄端开始，虽不起眼但一口下去能感觉满满的胶原蛋白在嘴里融化，半分腥味也无。从不要蹄的我也被那口感动了。

臭积柴猪脚汤

寻访美食的过程中总有缘和这道菜肴相遇，想是上天不让我这个福州魂太混，得积累各家臭积柴猪脚汤之味，有比较方能分高下，老板娘这一味就鱼加得够，汤头有浓郁鲜味，中和些许臭积柴的药材味，极易一口接一口喝下去。肉质不消说一样对我，如果你对药材味很敏感，或许可以尝尝这碗稍稍中和的臭积柴。

香菇肉燥饭

一般而言说起肉燥饭，想起的大多是台湾味。老板娘认为这道饭有菜有肉有蛋营养方便，便也上了菜单，可是附近上班族心头好之一。入眼是满满肉燥没在客气，撒一点葱花提香，肉燥加上香菇本就是绝佳搭配，最喜欢挖上一匙满满的肉燥酸菜与白饭，那个销魂绝不亚于叉烧饭，简简单单的住家菜，却是越吃越离不开。

域外传真



文明是最美的风景

文明旅游 行为公约 重安全 讲礼仪 不喧哗 杜陋习 守公德 明事理 爱环境 护古迹 文明行 最得体

中共福州市委文明办 宣