

“六阴消尽一阳生。暗藏萌。雪花轻。九九严凝，河海结层冰。”转眼已是今年公历的最后一个节气——冬至。

冬至是我国白天最短、黑夜最长的一天。这可不是一个普通的节气，不仅是“四时八节”之一，也是中国民间的传统祭祖节日，在古代民间就有“冬至大如年”的说法。

在舟山民间，冬至同样是个大节，有不少相应习俗，许多习俗都与吃有关。在叶落草枯的仲冬时节，尚有美食可抚慰人心。

冬至前后吃带鱼 海边人家的入冬仪式

俗话说：“冬至带鱼赛人参。”在冬至时节，舟山民间素有吃“冬带”之习俗。

冬至前后，是舟山雷达网带鱼最为肥硕鲜美的黄金时段。

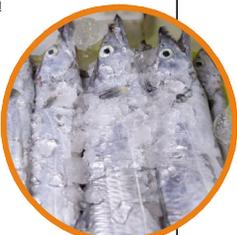
雷达网其实是一种独特的渔网设计，以其随海流自由旋转的智慧而闻名。通过雷达网这一捕捞方式，捕捞上来的带鱼往往更加肥硕，富含油脂，口感更加滑嫩。正宗的雷达网带鱼以“三小一厚”著称：头小、眼小、体型小，体长通常不足一米，但身形较普通带鱼更为饱满，肉质更是饱满紧实，独具魅力。

当下正是吃带鱼的好时候。冬至带鱼怎么吃才好呢，这一点，舟山人最有发言权。

红烧是保留带鱼原汁原味的最佳方式，简单调味即可展现其鲜美。手腕粗细的新鲜雷达网带鱼，简单红烧就足以鲜掉眉毛，细腻鲜甜的鱼肉，咸香可口的酱汁，再点缀些葱花，一道“色、香、味”俱全的“下饭神器”准备就绪。

干炸带鱼则是懒人选手在家中日常烹饪带鱼的绝佳选择。外皮酥香，鱼肉香嫩，咬开表面包裹的脆壳，露出白嫩的鱼肉。冒着热气的干炸带鱼，一口下去，油润从鱼肉中沁出，酥脆鲜香，一块一块，让人欲罢不能。

舟山带鱼最别致的一种做法是“抱盐带鱼”，做法也简单：将洗净的带鱼切段，用盐腌一下，再搁两片生姜，加少许黄酒，然后上锅清蒸。带鱼蒸熟后千万别把汤汁倒掉，可以将汤汁倒入另外一只碗里，令其在冬天里自然结冻，晶莹剔透，凉爽润滑，俗称“带鱼冻”。



新鲜带鱼



干炸带鱼



抱盐带鱼

迎接冬至，舟山人有自己的仪式感

口记者 张莉莉 整理

节气小名片

冬至，又称日南至、冬节、亚岁等。冬至是太阳直射点南行的极致，冬至这天太阳光直射南回归线，是北半球各地白昼最短、黑夜最长的一天。

但是在气象上，冬至的温度并不是最低。实际上，由于地表尚有“积热”，冬至之前通常不会很冷，真正的严寒在冬至之后。时至冬至，标志着即将进入寒冷时节，民间由此开始“数九”计算寒天。

冬至既是二十四节气中一个重要的节气，也是中国民间的传统祭祖节日，在古代民间有“冬至大如年”的讲法。在中国南方地区，有冬至祭祖、宴饮的习俗。

冬至既是二十四节气中一个重要的节气，也是中国民间的传统祭祖节日，在古代民间有“冬至大如年”的讲法。在中国南方地区，有冬至祭祖、宴饮的习俗。

冬至既是二十四节气中一个重要的节气，也是中国民间的传统祭祖节日，在古代民间有“冬至大如年”的讲法。在中国南方地区，有冬至祭祖、宴饮的习俗。

冬至既是二十四节气中一个重要的节气，也是中国民间的传统祭祖节日，在古代民间有“冬至大如年”的讲法。在中国南方地区，有冬至祭祖、宴饮的习俗。

冬至既是二十四节气中一个重要的节气，也是中国民间的传统祭祖节日，在古代民间有“冬至大如年”的讲法。在中国南方地区，有冬至祭祖、宴饮的习俗。



红烧带鱼

寻味古城，收好这份治愈的冬日美食图鉴



桂花井非遗食肆



葱塌年糕



猪油葱饼



状元糕

冬天除了温暖的被窝之外，美味的食物也能温暖人心。热乎乎的栗子、香甜的年糕……这些是舟山人记忆中的冬日味道。

冬日的定海古城里，街巷中弥漫着淡淡的烟火气。定海文旅就为大家整理了冬日美食图鉴。

桂花井非遗食肆，致力于传承本地非遗美食，其招牌菜品——葱塌年糕，已成为古城的一张美食名片。上等糯米经过反复揉捏，制成软糯细腻的年糕。每一块葱塌年糕都涂抹上了一层金黄的葱油，那独特的葱香在热气腾腾中愈发浓郁。咬一口，糯米与葱油的香气在口中爆发，让人瞬间感受到冬日里的温暖与满足。

定海非遗馆的状元糕，承载着古城的匠心。这款糕点的形状仿照了古代状元佩戴的帽子，有“高中状元”的好寓意。与传统的四方形米糕相比，状元糕的造型使得馅料可以更加充足，口感上也更加丰富。咬上一口，感受到的是米糕的软糯与嚼劲，状元糕的内馅还有多种选择，满足不同食客的口味需求。

走在古城的街头，总能闻到一股栗子的香气。“佳栗来”的栗子，已然成为了许多舟山人的人冬必备美食。剥开一颗刚出炉的栗子，轻轻一捏，栗子壳便应声而开。栗肉色泽金黄，栗子送入嘴中，粉糯的口感在舌尖轻轻化开，甜而不腻，暖乎乎的栗子一下子就驱散了冬日的寒冷。

那一口猪油葱饼，是多少游子心中的牵挂。一块猪油，一把葱花，耐心等待，面饼在高温下渐渐膨胀。金黄酥脆的外皮，包裹着诱人的葱香，一口咬下，口感层次分明，却不觉油腻。

热乎乎的红薯，永远是凛冽的冬日街头一抹暖意。红薯在炭火的烘烤下，表皮逐渐变得金黄酥脆，在高温的催化下，缓缓地红薯内部渗出，逐渐在表面形成一层薄薄的糖衣。当你小心翼翼地撕开烤得微焦的外皮，那糖衣在指尖轻轻碎裂，露出了里面热气腾腾的红薯肉，一口下去全是满足感。



刚出炉的“佳栗来”栗子



烤红薯



状元茶

首批非遗体验基地出炉 去触摸千年技艺

近日《第一批浙江省非物质文化遗产体验点推荐目录》公布，共53个非遗体验点入选，其中舟山的国和木船技艺体验点、东极海潮渔民画体验点、东沙渔文化非遗体验点上榜。

冬日不知道该带孩子去哪玩，不如一起去打卡这些体验点。

“国和木船技艺馆”基地于2017年完工落成，基地分为实船船模展示、造船工艺展示、造船工具展示、衍生产品展示、体验教室等。

在这里，你可以参观大型实船建造现场或船模制作现场，与制作师傅们互动，还能体验船模制作，由国家级非遗传承人岑国和亲自带队给体验者讲解古船文化，并现场亲授DIY船模——绿眉毛拼装指导。

东极渔民画起源于上世纪80年代末。多年来，陆续培养渔民画作者90余人，已形成创作群体。他们创造出神活般的图景。这些图画造型夸张、构思奇趣原初而简朴，透出浓厚的民俗文化底蕴。

在东极海潮渔民画体验基地，你能近距离领略一幅幅色彩鲜艳、散发着浓烈海洋气息的渔民画作。

基地里挂满了渔民画，漫步其中，一大批作品鲜明地表现了渔家风情和渔民的生活场景，你仿佛能看见渔民根植在心底里的坚韧性格、开阔视野，也仿佛看见了他们用手中的画笔绘出了五彩缤纷的大海和在大海中的生活。如果游客看中了画作，也可以当场买下来。

东极渔民画展厅基地正在努力打造



“国和木船技艺馆”，实船船模参观和讲解古船文化



东极渔民画



东沙渔文化体验基地

“普陀·东极渔民画艺术节”品牌活动，吸引省内外高校生、各地美术爱好者等团体到东极研学创作。

东沙渔文化体验基地是由东沙横街非遗一条街（包括盐雕互动、布袋木偶戏、鱼骨塑画、舟山渔民画、船模、渔绳结6家非遗项目店铺）和省级非遗单位海产品加工工作坊（落地桶展示馆）共同组成的渔文化固定授课场所及活动场地，也是东沙非遗主题小镇的重要组成部分。

非遗项目店铺内由项目代表性传承人、手艺人现场进行作品创作、展示、展演、产品展销及相关技艺的教学活动，还有擀年糕、舟山锣鼓、调马灯、舞龙等非遗表演和体验。