

健康临安——饮食篇

把四季做在糕点里 每一份都散发着童年的余香

“巧食多源于民间,美味常藏于市井。”临安就是这样一座城市,不大,但穿梭于大街小巷,总能找到符合你心意的美食。记忆中,临安的美食贯穿四季,清明果、粽子、麻糍、油墩儿、年糕……似乎大家都愿意用一特制糕点来迎接新的季节。

清明果——咬一口春天的滋味
天空洁净明朗,是为“清”,大地万物苏醒,是为“明”。清明,既是节气,也为节日。随着这个气清景明日子的到来,春天也被唤醒了。每年清明前后,临安人都有吃清明果的习惯。特别是乡村里的巧妇们,几乎个个都要亲自动手做上一笼清明果。

清明果其实就是传统的中式面点,其特别之处在于和面的过程中加入一种叫青或者艾草的植物,使面皮呈现出绿色。清明果有咸甜之分,咸味清明果的馅一般是将毛笋、腌菜、猪肉、豆腐剁碎混合而成,而甜味的清明果大多是豆沙馅的。清明果的形状跟饺子差不多,当然,巧妇们也不甘自己的清明果过于平凡,通常会捏出褶皱的花边,为造型加分。

蒸好的清明果绿油如玉、糯而绵软。掀开蒸笼的一刹那,米粉的香醇伴着青草的芬芳,穿过窗户,随风飘至每一个角落。“你家还没做吧,先拿些去尝一下。”正当你垂涎三尺的时候,邻居会带着笑脸,端着一盘清明果向你走来。

粽子——夏日里的春天
“不吃粽子,不算过端午。”端午节吃粽子是由来已久的习俗。不过,现在对临安人来说,吃粽子并不是端午节才有的专利。随着气温逐渐升高,包粽子这事儿就被提上了日程。

昌北的柯女士今年已经80岁了,这几天,趁着天气好,她把一摞粽叶和棕榈叶拿出来通风。“用热水泡软,就可以拿来包粽子了。”柯女士告诉记者,这些都是她以前上山采集来的。“新鲜的粽叶用水煮过,然后晾干,放在通风的地方,可以保存好几年呢。”

泡好的粽叶绿绿的,散发着清香。只见柯女士取了一大一两张粽叶,折成斗状,填进糯米,中间放一颗红枣,上面再盖一层糯米,然后把粽叶包起来,用细长的棕榈叶扎紧。

包粽子也是一门技术活。记者想起小时候,爱黏在大人身边看他包粽子。每次都忍不住想要自己动手,可总是掌握不了技巧,不是歪歪扭扭,就是“露馅儿”了。想必大多数临安人都有这样的经历。

“粽子煮熟后不易变质,可以存放很久。”每年进入夏季之前,柯女士都会包很多粽子,煮熟后,悬挂在客厅的大梁上,吃的时候,爬上梯子取一些下来。“去山上干农活,拿粽子当午饭,抵饱又方便。”

夏日渐近,气温升高,多数人会感觉胃口不佳,而粽子因为吸收了粽叶的清香,仍然带着春天的气息,让人无法抗拒。

麻糍——打破秋天的沉寂
秋风萧瑟,落叶飘零,秋天总给人多愁善感之意。不过,在临安,一种食物便可打破这种沉寂,那便是麻糍。

将糯米煮熟后,趁热放进石臼里,然后用木槌不断敲打。而这个石臼也不是家家户户都有的东西,一个村庄也只有几户人家才有。但户主从来不会吝啬,总会招呼邻居去他们家打麻糍。

为什么?人多热闹啊。打麻糍是个力气活,一般很难独立完成,

越用力,打得越久,麻糍越有嚼劲。因此,如果谁家要打麻糍,邻居也会闲不住去搭把手。而这时候,村里的小孩也会闻声而至,在石臼边围成一个圈,等待尝一口新鲜出炉的麻糍。打好的麻糍,裹上现炒的芝麻糖,别提有多香。你一块,他一块,大家吃了齐赞麻糍打得好。甜甜糯糯的麻糍,不仅有香味,更有多情。

年糕——温暖一整个冬天
每到农历年底,临安农村都有打年糕、吃年糕的习惯,“年糕”也成了民间祝福亲朋好友年年登高的“好口彩”。蒸一锅糯米饭,倒在石臼里,趁热用特制的槌重重打下,热气、香气瞬间弥漫开来。

以前,冬天的时候,村子里的人总会合在一起打年糕,一打就是好几天,这家打完那家打。男女老少齐上阵,这便是农村里的年味。

如果不想烧饭,将年糕切片,加点腊肉、青菜炒一炒,就是冬日里的一道美味。或者用点雪菜煮成年糕汤,喝一碗,让人直呼鲜美。当然,如果你有火炉,把年糕放在火上烘一烘,便是冬日里最淳朴的小点心。

记者 朱艳

区知联会向横畈小学捐赠图书 1300 余册

记者 郑逸菲

本报讯“好好读书。”“谢谢。”23日上午,知联会爱心图书捐赠、“我爱读书”征文比赛暨横畈小学七色花读书节启动仪式在横畈小学举行,活动中,区知联会向横畈小学捐赠图书 1300 余册。

前期,区知联会发动企业家会员认捐,精心挑选图书,联合会员企业开展“用知识换睡眠”征集图书公益活动,发动广大会员捐赠图书。通过前期努力,捐赠图书 1300 余册,近 20 名会员参与捐赠。

“我很喜欢读书,既可以放松心情,也可以了解很多知识。”横畈小学六年级二班学生王静萱说,家里

有专门放书的地方,她也经常结伴到学校图书馆和公共图书馆看书,这次叔叔阿姨们捐了这么多书,很开心,有时间就会去看。

在仪式上,区知联会和横畈小学联合举办的以“快乐阅读,七色花开”为主题的读书节活动正式启动,将进一步引领和推动学校课外阅读活动的深入开展。

据了解,横畈小学是区知联会近年精心打造的社会服务基地,2016年12月被评为杭州市优秀知联活动基地。今年以来,区知联会纵深推进社会服务工作,着力打响“知联”新品牌,通过开展社会服务活动等努力帮助学生改善软硬件环境,帮助学生创造良好的学习环境。

於潜:一起毅行,共享健康

通讯员 周丹丹

本报讯 为倡导健康生活,激发广大群众建设“美丽幸福新於潜”的热情,打造於潜耕织新城名片,22日,第二届“於医杯”环天目溪毅行大会拉开了序幕。

一路上,许多参加毅行的人员以不断挑战自我为原则,三步并两步,一口气冲到了终点。更多的人则边欣赏沿途天目溪畔的风景边行走,用实际行动为美丽於潜点赞。对于这次毅行活动,参与的人们纷纷

表示:“这不仅传达了健康生活的理念,同时也让更多的土生土长的於潜人领略了於潜的绿色生态,和谐美丽,十分有意义!”

据了解,本次毅行全程约10公里,途经甲子村、耕织园景区、於潜二中、水厂、镇政府、公园、双溪口,最后回到於潜人民医院新址。参与者们期待:“这次不仅要给大美於潜点赞,还得给毅行活动点赞,希望这样的活动以后能多多举办,让更多的人能够加入进来!一起毅行,共享健康!”

龙岗镇:亲子环保毅行 助力扮靓家园

记者 章昕

本报讯 近日,龙岗镇中心幼儿园举办亲子环保毅行,让幼儿亲近自然,锻炼意志的同时,把倡导绿色出行、爱护环境、建设美好家园的意识渗透到每个家庭里去。

活动当天,近500位幼儿和家长一起跳起了方言儿歌互动操,拉开了活动的序幕。龙岗镇中心幼儿园对该园评选出的文明礼仪家庭、环保卫士家庭进行了表彰。“我爱我家,助力观镇,文明环保,从我做起”被表彰的家庭代表带领全体亲子高

声作出承诺。

随后,身着园服的亲子大军浩浩荡荡地从幼儿园出发,沿着龙岗大街,一直到龙井村的芝樱花海,单趟行程在3.5公里左右。沿途中,孩子和家长们一路享受徒步带来的快乐,欣赏家乡的变化与美景,顺利完成各项亲子任务,到达终点。他们开动脑筋,废物利用,将绘有龙岗美景与特产的小卡片,大方进行展示,同时用废旧材料拼贴出一幅幅家乡美图,以自己的实际行动践行环保、宣传环保。



完美石竹 畅销全国 10 多省市

由临安喜子花圃从欧洲引进的会开花的草皮,名叫完美石竹,经过两年的精心培育,由于它四季常绿,花期 200 多天,在园林建设工程用途广泛,今年投放市场,深受顾客的青睐。3 月份在中国(泰安)举办的园林产业交易会上获得金奖。目前,产品销往山东、贵州、新疆、广州、江西等地,供不应求,年产值可达 200 余万元。

通讯员 杨烈火 摄

全区首个辅警学历教育提升班开班

记者 汤君芳 通讯员 宣少敏

本报讯 “我会勤奋努力不断进取,通过提升班的学习,相信我们的综合素质一定会得到很大提升……”22日上午,参加辅警学历教育提升班的代表卢云峰表态发言时说出了心声。当日,由区教育局、市公安局临安分局、浙江广播电视大学临安分校共同举办的全区首个辅警学历教育提

升班举行了开学典礼。

据悉,目前全区共有 1200 余名辅警,是我区公安队伍中一支重要力量。他们每天不辞辛劳忙碌在自己的岗位上,为辖区交通秩序和治安安全发挥着重要作用。随着经济社会的发展,对公安辅警的综合素质要求也越来越高。为此,市公安局临安分局与浙江广播电视大学开展紧密合作,依托学校丰富的办学经验和

办学体系,开设了辅警学历提升班,对我区公安系统在职人员进行系统培养,力求通过学历教育和专业培训相结合的途径,全面提升公安辅警的学历水平和职业技能。

据悉,首个辅警学历教育提升班共招生 155 人,其中专升本 41 人,专科 114 人。据临安电大相关负责人介绍,在教学主体上,由国家开放大学与浙江警察学院

合作,共同开展教育教学工作,在教学模式上,采用基于网络的自主学习及线上线下相结合的教学模式,为平时公安工作繁忙的辅警提供了相对个性化的服务,有效避免工学矛盾,在课程设置上,专门安排了治安管理、交通管理和辅警技能实训等三门符合实际课程。本次学历提升班学制两年半,考核合格后将获得国家颁发大学大专或本科学历。

杭州市临安区建设工程规划公示牌

建设项目告示

本地块位于杭州市临安区青山湖街道,天柱街北侧、蒋墅街南侧、西一路西侧。地块东西宽149余米,南北长221余米。

该项目规划设计方案与2018年4月通过第13次联席会议审议。

项目总用地面积33324m²,总建筑面积120242.4m²,其中地上建筑面积86642.4m²,地下建筑面积33600m²。项目容积率2.6,建筑密度30%,绿地率30%,建筑高度80m,总户数703户,场地内机动车停车位893个(其中地面61个,地下832个)。各项经济技术指标均符合规划设计条件,项目的景观部分仅供参考,以实际建设为准。

公示时间为2018年04月19日至2018年04月28日,如有意见请于2018年04月28日前来电或书面意见给杭州市规划局临安分局或青山湖科技城管委会,对本项目有申请听证意见的单位或个人可向我局申请登记。

青山湖科技城管委会电话:63785258 地址:大园路尚阳街路口 邮编:311300

注:如果对告示内容有任何疑问可向杭州市规划局临安分局查询

青山湖科技城管委会 2018年4月19日



鸟瞰图

建设单位:杭州天园置业有限公司 设计单位:深圳华森建筑与工程设计顾问有限公司



总平面图

注:绿化景观设计仅供参考(以施工图为准)

工程概况及主要经济技术指标

总用地面积:33324m²,总建筑面积:120242.4m² (其中地上建筑面积86642.4m²,地下建筑面积33600m²) 建筑高度:80m以内,容积率:2.6,建筑密度:30%,绿地率30%

杭州市规划局临安分局监制