

# 西乡箸面之“肉炒面”



章亚萍

宁海西乡桑洲、岔路、前童一带种植小麦的历史非常悠久,是西乡一带的主要粮食作物之一,一年中要种植一茬小麦。人们因地制宜,生产箸面。箸面,也称“垂面”。一般可以就着料理下汤吃,也可蒸熟后与佐料烩炒吃。当地有许多关于箸面的习俗。谁家女儿出嫁、媳妇生产、老人家做寿,亲戚朋友都要送箸面道喜,产妇在月子期间要吃箸面暖肚。一般乡间人家办酒宴,炒箸面或下箸面当点心招待宾客。这里最具特色的是炒箸面,俗称“肉炒面”。以前只在喜宴前的餐前宴里吃到,也叫“小炒”。现在生活条件好了,冬天里一般人家也会做些吃。但“肉炒面”要炒得好吃,不是件容易的事情。要领取决于三步:面做得好,面蒸得好,面炒得好。



### 做面

箸面的制作过程相当复杂,这项手工技艺以社会传承为主,也有家族传承的。当家媳妇要跟婆婆学两三年,才会独立操作。西乡农村里一般的主妇都会做,每到冬天,她们就清洗制作工具,碾小麦成面粉,准备做箸面了。其制作成面需经多道工序:和面、盘面、缠面、抻面、出面、开面、晒面、收面。还得看天气,晴朗、干燥、微风的日子才可顺利生产。

其制作过程:  
一、备料。依据早上的风向、云层及户外气温等天气条件,在微风、薄云、天气晴朗的条件下才可准备做箸面。称好定量的食盐和小麦粉,舀好清水备用。一般微风晴朗天气,十斤小麦粉掺和一两八钱左右的食盐,如果天气有些潮湿暖和,那就要增加,相反天气更加阴冷干燥,那就少掺和点盐,通常是十斤面粉掺和一两半的食盐,仍是以钱计算,稍微量大,就会做不成功的。总之,小麦粉和食盐的比例由天气来决定。

二、和粉。在廊前置一干净的面床,将小麦粉和食盐倒在面床上面,拌匀,再一手缓缓倒水,一手搅拌面粉,直至和湿。此时停止加水,双手搓粉均匀,反复揉搓成一个韧性强的面团。放置在一边,覆上帆布巾,等待醒面,以进一步增强面粉团的韧性。

三、盘面。约半个小时后,掀开帆布巾,继续揉搓面粉团,使其更加有韧性。拿一大的平底面粉桶,放在面床的边上。主妇用擀面杖轻轻将面粉团压摊开成一寸厚的正方形的面饼,用刀于一个边角处从左到右,又从右到左开始开划,将整一面饼划成一粗长条。主妇一手在粗面条上撒干面粉,一手揉搓粗面条,使其变成大拇指粗细。另请一人帮忙将主妇揉搓好的面条盘绕在平底面粉桶中。每盘绕一层,撒上一层干面粉,以防相互粘连。盘绕好后,又盖上帆布巾,端到房间阴凉处放好。

四、缠面。约一个多小时后,主妇检查面条韧性足可以拉伸不断时,就准备缠面了。在面箱边缘插上一个凿有两个间隔三寸平行小孔的算子,把两根箸面柴插进小孔里,将装满面条的平底面粉桶放在算子正对的地面上,开始在箸面柴上左右相交缠绕面条。一边缠绕,一边顺势搓揉,细至筷子般。缠绕满两根箸面柴,掐断头,左箸面柴在上,右箸面柴悬空在下(此顺序不能颠倒),搁置到面箱最下层的搁架上。继续缠绕面条,并排有序搁置。直至把所有的面条全部缠绕完。面箱呈长方体形,四周围拢,上下皆空。长的两面内里,上下部位都安装上相对应的长木条,可以搁置缠绕上面条的箸面柴,底部铺有一层干燥的稻秆。搁置在面箱里的面条都应盖上帆布巾,防水分蒸发,也为了增强面条的韧性。

五、抻面。约半个小时,掀开帆布巾,轻轻把住木条上的箸面柴两端,提出来。下端的一头紧扣面箱板,膝盖抵住另一头,一缩一提,小心地拉伸面条,待上下箸面柴间有6寸左右宽,将两根缠着面条的箸面柴并排放回面箱的上搁架。这样的程序进行两轮。后一轮的面条拉伸得更长,上下距离约两尺左右。抻好的面条始终要用帆布巾盖好,它们会自行下垂伸长。

六、出面。至午后,可以出面了。在能充分照射到阳光的院子里支起面桁(专门用来晒面的木横架,在相对应的两面钻有一个个小孔),地上铺草席(有时面条会掉落到地上;或是面条拉伸过长,拖在地上会沾灰尘泥土)。将一支支缠绕着面条的箸面柴从房间里拿出来,上端一头插到面桁的小孔里,小心地拉伸,长到接近地面处,放手。

七、开面。略晒一两分钟,手拿两根稍细的开面柴,顺着上端面条的空隙,伸进去,另外一根也伸进去左右开弓,使面条分离,不粘在一起。开面后,又重新拉一下箸面,使其粗细均匀。一般开面只是一次,且动作要轻快。如果有面条还粘在一起,用手轻轻掰开。因为太阳晒后,水分干了许多,再开面,面条就容易断了。

八、晒面。约摸在太阳下晒十分钟时间,接触不粘手时,将下端的箸面柴轻轻往上提,插到相邻的小孔里,继续晒。

九、收面。以手触面条确定面干时,以手持两根箸面柴外端,小心地将箸面柴从面桁的小孔里拔出来,另一手就势托住面,平放到面床上。卸下箸面柴,将干面收拢对折后,轻放在米箩里,盖上米箩盖子,使其不受潮,这样整个冬天就可以随时享用了。

### 蒸面

味道好坏的关键又在于蒸箸面。首先是箸面要选细长匀称的,蒸面时最好放在煮番薯毛芋的大锅中,水沸时,不易浸透箸面,全靠蒸汽蒸熟,蒸出的箸面硬韧,就像人们说的“像铜丝一样”,也可清水锅中,但沸水会溢上箸面,算子底部的箸面易被蒸糊。将箸面松散开,横竖交叉整齐码放在算子上,盖上盖子隔水用文火烧。一边倒一碗开水,要加一瓢食用油掺和。等水蒸汽冒出时,掀开盖子察看箸面半熟,关火。一手筷子挑起箸面,一手淋上油,并不断抖松散。又盖上

盖子继续文火烧。约摸箸面全熟,关火后,筷子将箸面挑起,继续抖松散,放到能透气的竹篾或笕箕上,晾着透水汽,以备炒面。

### 炒面

肉炒面,顾名思义,就是加了很多精肉的炒面,这是上路人待客之高礼遇。谁家姑娘来相亲,当得肉炒面招待,不得失此礼节。宴席前的小炒,一般以白萝卜丝和精肉为主料,豆芽、香干、空心腐、芹菜、葱蒜都可用上。先下精肉,再下萝卜丝,再是豆芽等等,佐料半熟时,铺上蒸熟的箸面加盖焖烧一会儿,筷子锅铲一起将佐料和箸面翻转均匀,撒上葱蒜即成。实际上,炒面的佐料还可依个人喜好随意取用,关键要掌握炒面时佐料水分的多少,太多,面条软乎泥口;太少,要烧焦了,面条过硬,吃着费劲。但能吃到一份肉炒面,我们的口福一定非浅。要是有机会去桑洲农村赴宴,千万得蹭到这美食啊。

西乡箸面生产有其特定的气候条件,夏天里我们品尝不到。冬季里,一般的农户家都会以此作为午餐。现在西乡箸面更是流向本地的大小餐馆,很有名气。或汤面,或炒面,让人回味无穷。



## 宁海县人民政府关于重新公布宁海县征地补偿安置标准的通知

各乡镇人民政府、街道办事处,县政府直属各单位:  
为依法做好征地补偿安置工作,保障村集体经济和农民的合法权益,根据《浙江省征地补偿和被征地农民基本生活保障办法》(浙江省人民政府令第264号)的规定和要求,全县征地补偿安置标准仍按《宁海县人民政府关于印发宁海县征地补偿安置规定的通知》(宁政发〔2014〕15号)规定的标准执行。现将全县征地补偿安置标准重新公布如下:

级别	所属乡镇(街道)	地类	片区综合地价		
			合计(万元/亩)	土地补偿费(万元/亩)	安置补助费(万元/亩)
一级	跃龙街道、桃源街道、梅林街道、桥头胡街道	耕地类	6	2.7	3.3
		林地、未利用地	3	1.35	1.65
二级	黄坛镇、强蛟镇、西店镇	耕地类	5.3	2.38	2.92
		林地、未利用地	2.65	1.19	1.46
三级	长街镇、胡陈乡、力洋镇、茶院乡、一市镇、越溪乡、桑洲镇、岔路镇、前童镇、大佳何镇、深甽镇	耕地类	4.6	2.07	2.53
		林地、未利用地	2.3	1.03	1.27

注:耕地类包括耕地、园地、其它农用地和建设用地。

宁海县人民政府  
2017年11月14日

## 招租公告

宁波市烟草公司宁海分公司拟对桃源南路129号、岔路镇人民南路塘山脚两处营业用房分别进行公开竞价招租。其中:桃源南路129号房产出租建筑面积146.28平方米,岔路镇人民南路塘山脚房产出租建筑面积856.73平方米,均为混合结构。要求不得用于餐饮、娱乐、住宿、加工厂等项目,并符合烟草行业相关规定,租期三年。有意者请持本人身份证、营业执照等相关证件于11月28日前来报名登记。联系人:葛先生、赵小姐,电话:65208017。

宁波市烟草公司宁海分公司  
2017年11月22日

### 查找弃婴生父母公告

2012年2月6日,在宁海县长街镇李家庄捡到女性弃婴一名,出生日期2012年1月28日,被捡拾时身裹白色夹袄,并附有出生年月日字牌。请孩子的亲生父母或其他监护人持有效证件与宁海县社会福利院办公室联系,即日起60日内无人认领,孩子将被依法安置。

联系电话:0574-65258189  
地址:宁海县中山东路76号  
2017年11月22日

## 初冬肤君闹情绪 早中晚 3 段式 护肤法来救肤

时尚热点

元气清晨洁面才是大学问

缓喷雾亦是口碑美妆品牌研发的蕴含品牌灵魂成分的化妆水喷雾,独特的护肤功效都是疲惫肌肤的格子间续命良药!

困倦夜晚修护才是硬道理

认真的清洁卸妆后就要滋养皮肤了,虽然护肤概念近几年才渐渐在亚洲盛行,但使用油类护肤绝对是一个古老的美容习惯。早在几千年前,摩洛哥女性就开始使用坚果油滋润肌肤。植物油不仅本身有着强力的抗氧化效果,更因为萃取自植物,质地温和,成分单纯,可以平复外界对肌肤的刺激,进而对肌肤产生镇静作用,是疲惫肌最佳的调剂产品。

不仅如此,安全的天然油类产品,因为其亲肤的特性,是护肤成分的最佳载体,在护肤产品前涂抹精华油,其油分子就会成为肌肤内部的导入中枢,让之后护肤步骤中的活性成分更易于渗入肌肤,陪伴肌肤度过秋冬换季“危机”。(据新华网)

## 把丝巾系得像赫本一样优雅

冬天来了,广州有点寒,但不是很冷,如何成为冬季的一道优雅风景?丝巾是必不可少的单品。

奥黛丽·赫本曾如此形容丝巾的重要性:“当我戴上丝巾的时候,我从来没有那样深切地感受到我是一个女人,而且是一个美丽的女人。”

二战过后,丝巾所象征的优雅情怀,一直风靡至今。如果想让造型更抢眼,光有一条漂亮的丝巾是不够的,最重要的是你要掌握适合你造型的丝巾系法,在此基础上就可以举一反三自由发挥了。比如,淑女蝴蝶结。把丝巾在颈部系成蝴蝶结,体现了优雅的淑女气质。

最简单也最受职业女性欢迎的系法是简洁斜领结——先折叠好丝巾的宽度,轻松地绕两圈,系上单结,搭在一侧。得体的职业装加上斜领单结的丝巾,让人眼前一亮。

还可以系潇洒环形结,环形结有点领带Feel,展现的是随性潇洒的气质。先要保持脖子上的丝巾长度对称,左右交叉系好即可;或者取右侧环绕左侧一周从后方塞到刚刚环绕而形成的圈中。

有时候需要变换造型,这时候可以来个帅气牛仔结,牛仔结系法可以呈现出三角形效果,先对折丝巾,围成一个三角形,再把结系在脖子前面或者后面。

丝巾不止可以系在颈部,还可以系到头部,既有复古的味道又可流露俏皮的灵动。气温下降时,丝巾包头可以呈现出波西米亚的风情来。

此外,可以直接披上大丝巾,拦腰系上腰带,时尚感立刻UP;也可以把丝巾系到腰上,对整体造型起到点睛作用,打造不一样的风情,比皮带更女人味;还可以低调婉约地把丝巾系到手腕上,带点小心机有点小俏皮对不对?

丝巾百搭,可以搭配短夹克,平衡中性感,它还可以搭配麂皮外套、横须贺夹克等,尤其是今年流行的字母夹克外套,帅气又美丽;搭配西装领可以展现女人味,能很好地为造型添彩,也是提亮衣着的不二之选!

让丝巾把自己点缀成冬天的一道美丽风景,为花城再添一分温婉的明媚的气息。(摘自《广州日报》)

# 社会主义核心价值观

社会主义核心价值观主要由马克思主义指导思想,坚持中国特色社会主义共同理想,坚持以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神和坚持社会主义荣辱观组成。

## 富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

“讲文明 树新风”公益广告