

母亲的西瓜豆酱

都市人文 燕赵情怀

□赵长青

母亲每年都要做西瓜豆酱。她已多年不吃西瓜豆酱了，只是因为我们几个孩子爱吃，她每年都做。今年，母亲又做了西瓜豆酱，不仅做了，而且做得比往年都多。往年，常常是用那个高一尺多、直径近一尺的小瓮做上满满一瓮。今年，除了小瓮之外，又加上一个高近一尺的大肚子瓦罐。

做西瓜豆酱的原料，有时是母亲购置，大多时候是我们购置的。今年，黄豆是小妹买的，西瓜是我买的，姜、大料等是母亲买的。在做西瓜豆酱前好多天，母亲就开始念叨了：“黄豆，巧君给买上了。今年的黄豆好，又大又饱满。”我接上母亲的话，说：“我给买西瓜吧。”母亲说：“行，你给买西瓜。”开始伺豆儿了，母亲打来电话告知我们。豆儿快伺好了，母亲打来电话，说：“要把伺好的豆儿装到瓮里罐儿里了，你买西瓜吧。”当天下午，在商贸城，我买了

三个西瓜，送回了家里。我看到了正在伺着的豆儿。母亲说：“今年的豆儿好，伺得也好。”

过了几天，母亲打来电话，说：“西瓜豆酱晒了几天了，能吃了，找时间拿个瓶儿来装点儿吧。”我找了空闲时间，回到村里。我看到了那个小瓮和那个瓦罐。那个小瓮和那个瓦罐就摆在北屋门口东边台上。小瓮口儿和瓦罐口儿都用纱布蒙着，纱布上都压着一块儿瓷砖。母亲拿下瓦罐上的瓷砖和纱布，用勺子搅着稠稠的西瓜豆酱。西瓜豆酱已成深褐色，散发着其特有的香气。母亲说：“先吃瓦罐里的吧。”母亲边说，边用勺子往我拿来的瓶子里装西瓜豆酱，直到瓶子装得满满的。

母亲做西瓜豆酱，是跟我外祖母学的。外祖母是个贤妻良母，做得一手好饭好菜。同样的家常菜，同样的家常菜，一经她的手，便会变得美味无比。小时候，母亲一说去外祖母家，我们几个孩子都争先恐后地要去。其中一个重

要的原因，就是想吃外祖母做的饭菜。同样腌好的白萝卜，外祖母可以切成很细很细的丝，然后加上葱丝，加上姜末，拌上香油，拌上酱油，拌上醋。在当时，这样调制出的小菜，堪称与众不同的美味。当然，传统的西瓜豆酱，对于外祖母来说，更是不在话下。她做出的西瓜豆酱，可以说是人见人夸。在外祖母的熏陶下，母亲学会了做饭做菜，学会了做西瓜豆酱。

母亲常做的西瓜豆酱是西瓜酱。这种西瓜豆酱，有黄豆的香，亦有西瓜的甜。吃着酱里的黄豆，吃着酱里的西瓜籽，真是别有一番滋味。我吃过名曰“西红柿酱”的西瓜豆酱，可是，我总觉得这种西瓜豆酱不如西瓜酱好吃。我也吃过别人做的西瓜酱，可是，我总觉得他们做的西瓜酱不如母亲做的西瓜酱好吃。我想，可能只是因为酱是母亲做的缘故吧。

(作者:石家庄市赵县居民)

扁豆的味道

□李凌非

前些日子，清晨我信步走在小巷间。忽然，邻居家院前一簇扁豆花跃入眼帘。那紫色的花朵如一抹霞光，在深秋的寒凉里显得格外温暖。微风轻拂，蝶翅般的小花轻轻摇曳，空气中弥漫着熟悉的芳香，记忆的扉页被瞬间推开，那些关于扁豆的旧时光如潮水般涌来。

在我的故乡，扁豆很是常见，几乎家家户户的院墙边都会种上几株。它们不需太多照料，只需要一场细雨、几缕阳光，就能从泥土里冒出头来，发芽长叶，抽枝攀藤。继而，在夏末秋初，开出一串串紫色或白色的小花。花一落，一串串青绿的豆荚便挂满了枝头，守护着农家的清贫与温情。

小时候，每当晌午做饭时，母亲就会吩咐我和姐姐，去摘些扁豆回来。我们得了指令，欢快地奔向院墙。我们一只手挎着小竹篮，另一只手在翠绿的藤蔓间游走，把鲜嫩的扁豆摘下来。手中的竹篮明明已经沉甸甸了，还觉得不够，总想再多摘一些。直到听到母亲的呼唤声，我们才停下手里的活计，提着篮子里的扁豆，蹦蹦跳跳地跑进厨房。

扁豆的烹饪方式多种多样，母亲总能变着花样给我们做出可口的饭菜，有时是清炒扁豆，那翠绿的颜色和爽脆的口感让人回味无穷；有时是扁豆焖面，面条吸收了扁豆的清香和汤汁的鲜美，每一口都让人满足；还有扁豆烧肉，那浓郁的香味在厨房里弥漫开来，让人垂涎三尺。但我最爱的，还是母亲制作的扁豆干。

在扁豆最鲜嫩的时候，母亲细心挑选那些刚刚长大的豆荚，用锋利的菜刀利落落地剁成小段。厨房里氤氲着热气，母亲将扁豆段投入沸水中，瞬间香气四

溢。然后，经过盐的腌制，再挂到屋外的竹竿上晾晒，阳光下的扁豆干逐渐褪去了青绿，变成了一片片金黄的扁豆干，仿佛储存了整个生命的精华。每次就着它，我都能多吃一碗米饭。

记得婚后怀孕时，我食欲不振，几乎什么都吃不下。那时，我心中只盼望着母亲做的扁豆干。远在百里之外的母亲知道后，就再也坐不住了，她决定带着扁豆干来看我。在这之前，母亲没有出过远门，连我们那里的小县城都没去过，更别说我所在的城市了。可她挂念着我，便挎上帆布包毅然决然地踏上了旅程。帆布包里装着两罐扁豆干、鲜扁豆、南瓜饼，还有一包糖炒的核桃仁，都是我爱吃的东西。

从我们村到我住的地方，没有直达的车，要走几里山路，去镇上坐班车到县城；再从县城转乘长途汽车，颠簸数小时才能到达。母亲不识字，还易转向，出了村子就分不清东南西北。我不知道母亲是如何一路摸索着找到我的。她只告诉我，她一路问人，一路摸索，有时坐错了车，有时走错了路，但最终还是找到了我。当母亲风尘仆仆地出现在门口时，我的眼泪忍不住夺眶而出。

打开帆布包，黄褐色的扁豆干在阳光下闪烁着诱人的光泽，令我迫不及待地想要品尝。轻轻夹起一块，放入口中，满嘴的香味瞬间绽放。我想，母亲将那一小块扁豆干装进玻璃罐时，不仅是把食物封存，更是将那些岁月的温暖与爱，凝聚在每一块扁豆干里。那份熟悉的味道，伴随着我度过了难熬的孕期时光。

此刻，我又怀念起岁月里的扁豆香了。那香味绕舌，更绕心。

(作者:保定市莲池区居民)

一杯热茶话养生

□杨丽雯

初冬来临，城市的每个角落被一层雾霾所笼罩，为这繁忙的都市生活披上了一层朦胧而厚重的纱幔。纱幔之下，是季节更迭带来的气候变化。对于那些常常沉浸于工作、熬夜加班，忽视饮食规律与缺乏运动锻炼的“脆皮”年轻人来说，今年初冬气温的剧烈波动与难以捉摸的天气状况，无疑是对身体与意志的一次严峻考验。因此，养生这个一度被视为老年人专属的话题，如今也慢慢成为年轻人追求时尚与健康的首选。

在众多养生的方法中，饮食无疑是最为基础和关键的一环。食物不仅能满足口腹之欲，更是滋养身体、提供能量的重要源泉。更多的年轻人开始重视食材的选择与搭配，了解各种食材所蕴含的营养价值，通过合理的饮食来抵御冬日的严寒，维持身体的最佳状态。

一杯热腾腾的桂圆红枣茶，正是这个季节里年轻人追求养生的理想“伴侣”。桂圆干，历经阳光的洗礼与微风的吹拂，失去了原有的水分。虽然果肉变得干瘪，却蕴藏浓郁的甘甜。那些精心挑选的优质红枣，呈现出暗红至深棕的诱人色泽，肉质肥厚且甜度适中，散发着诱人的枣香。将这两样食材置于砂锅中慢慢熬煮，仿佛是在为自己准备了一场温暖的疗愈仪式。随着水温的逐渐升高，桂圆干和红枣的香气开始交织成一首悠扬的乐章。将熬煮完成的桂圆红枣茶缓缓倒入精致的玻璃杯之中。茶汤呈深邃的琥珀色，如同冬日黄昏的一抹暖阳，柔和而不刺眼。红枣的融入，则为茶汤增添了一丝暗红，宛如夕阳映照下的湖泊，别有韵味。

手捧一杯桂圆红枣茶，它四溢的芳香浓郁扑鼻。初尝之时，舌尖首先感受到的是桂圆带来的丝丝甘甜。随后，红枣的醇厚与香甜弥漫开来。茶汤在口中流转，那种由内而外的温暖迅速蔓延至全身。这样一杯暖饮，不仅在寒冷的冬日为身体提供一份滋养，更给予心灵无尽慰藉的力量。对于那些常常因工作压力而疲惫不堪、因寒冷而手脚冰凉的年轻人来说，桂圆红枣茶如同一剂良药，帮助身体抵御寒冷的侵袭，可以补充体力、改善气血。还有着安神助眠、调理脾胃等多种功效。也可以根据个人喜好，加入适量的冰糖或蜂蜜调味，使其口感更加醇厚、甜蜜，令人回味无穷。

随着冬季拉开序幕，大自然中的万物纷纷步入休养与蓄积能量的阶段。在这样的季节里，不妨静下心来去探索养生的奥秘。通过精心调配的饮食、规律有序的作息以及适量的体育锻炼，不断增强自身体魄，以一种积极向上、充满活力的姿态，去迎接每个初冬的晨曦与夜幕。

(作者:上海市黄浦区重庆北路居民)

我的姥姥

□张静

姥姥今年92岁，她一辈子养育了六个儿女，姥爷早年因病去世后，姥姥便独自一人支撑了四十余年。为了贴补家用，姥姥养了两头牛，在那些独居的日子里，牛是她最忠诚的朋友。

姥姥是典型的贤妻良母，一生为子女鞍前马后。自从姥姥离开农村老家，到县城照顾孙子，继续为孩子们发光发热后，属于她的“家”就依附在了孩子们的身上。这或许就是普通家庭常见的模式吧：年轻时，子女依附父母，父母为子女不辞辛劳地筹划一个个属于他们的家；父母上了年纪后，开始依附子女，子女陪伴父母，度过一个个温馨的晚年。

这许多年里，姥姥渐渐老了，脑子已经开始糊涂。每当孙辈来看她，她总混淆每个人的名字和样子，但是记忆深处却又是清晰的，她会掰着手指数：“我这辈子生了六个孩子，三男三女，都成事了。”这么听来，在她心里，养育这六个孩子成家立业是这辈

子最骄傲的事。

姥姥性格里自带倔强，跟人交流的时候会显得强势，即便是在92岁高龄，她的性格也不曾有一点改变。我常常想，她为什么会养成这样的性格，天性是一方面；姥爷去世后，她一个人拉扯这个家，或许正是因为骨子里的倔强和强势，才让她面对生活中的种种，有坚持下去的勇气和动力。

近来，姥姥常常会跟旁人提起去世的姥爷，在她仅有的记忆里，姥爷应该是最美好的存在，为此，在轮流照顾姥姥的日子里，子女们常常为姥姥的身体伤神。岁月，是把双刃剑，让人养育子女，一代又一代，给家庭带来崭新的希望；同时，它又会给人们留下无尽的遗憾。

百善孝为先，一辈又一辈，我们在岁月里转变着角色，在生活中磨砺着心境。时光流转，我们都会老去，都会经历，珍惜当下和拥有，为自己，也为家人。

(作者:邢台市内丘县居民)

服务信息 ◆微信办理 wb99ok
yzwb_36524
◆广告咨询 8862 9347

红马甲疏通高压清洗
专业上下水电、暖气
安装维修 15832176896

保姆月嫂 钟点工 护工 专业保洁
13463113304 15127071667

注销公告

石家庄高新区强化美术培训学校，办学许可证号教民113010672019048；统一社会信用代码52130100MJ08412043。经本单位理事会决议，一致决定本单位已无实际招生、办学行为。经我单位理事会决议，决定终止办学并注销学校。

特此公告
石家庄高新区强化美术培训学校
2024年11月23日