

冬天的馈赠

东北冻货，滋味非凡

□本报见习记者 刘晓凤 文/图

最近，来自东北的“冻货”火出圈了，它们看起来灰扑扑的，其貌不扬，却凭借独特的滋味俘获了一大批吃货的心，这就是东北冻梨、冻柿子。

清甜多汁的冻果子“火”了

近年来，每到冬天，这些其貌不扬的冻果子仿佛自带流量，在微博、B站、豆瓣等社交网络中被频频提起，引得无数人好奇不已。被冻成黑色的梨子，摸起来就像冰块一样坚硬，表面还挂着一层白霜，第一次见到它的人都会疑惑：梨子被冻成这样了，还能吃吗？要回答这个问题，只有去请教土生土长的东北人。老家黑龙江大庆的徐先生已经在太仓工作生活了十余年，很多关于东北老家的记忆他依然历历在目。“冻梨冻柿子都是我们那冬

天常见的水果，很便宜，几乎家家都吃。”徐先生说，黑龙江冬天零下几十摄氏度，室外就是一个天然的大冰箱。农村地区，很多人会在自家小院子里放一口大缸，等到赶集的时候一次性把年货采买好，冻货摆在缸里，冻梨冻柿子就是必备的年货之一。

“吃冻梨、冻柿子之前需要给它解冻，我们东北话叫作‘缓’。从大缸里取几个冻梨放在凉水里缓上，过一会儿，冻梨表面会出现一层又圆又厚的冰壳，等到这层冰壳融化就可以吃

自己动手，轻松制作

那么，自己在家可以制作冻梨冻柿子吗？答案是肯定的，并且非常简单。步骤如下：准备几个新鲜的梨，最好是花盖梨、秋白梨、白梨、尖巴梨、苹果梨这类梨子。将梨洗干净，擦干水分，放到冰箱冷冻室冷冻4天，拿出来

解冻8小时，解冻完再放进冷冻室冷冻4天，冻梨就制作完成了。冻柿子的制作方式和冻梨类似，且更加简单，只需把柿子放在冷冻室里冻1天就行，吃的时候先拿出来放置几分钟，柿子表面会出现一层白霜，等白霜全部

了。冻梨是软的，汁水都包裹在里头，吃的时候在梨子表面撕开一个口子吮着吃，甘甜清凉。大部分时候，等不到它完全解冻就急着吃了，这时候的冻梨口感沙沙的，像在嚼裹满了梨汁的冰块。”徐先生直言，以前生活条件不好，交通不便，冬天没有什么可以吃的水果，冻梨冻柿子因为常见、便宜，才成了人人都可以享受的美味。现在生活条件好了，冬天也能吃到各种新鲜水果，回味这甜蜜的冻果子，也是在回味自己的乡愁。

消失，就能轻松去蒂剥皮。冻过的柿子比新鲜柿子更甜，橙黄色的果肉缓缓流淌，可以用勺子挖着吃，冰冻过的清凉口感中和了柿子的甜腻味，有如上好的果冻冰沙，让人尝过一次再难忘怀。

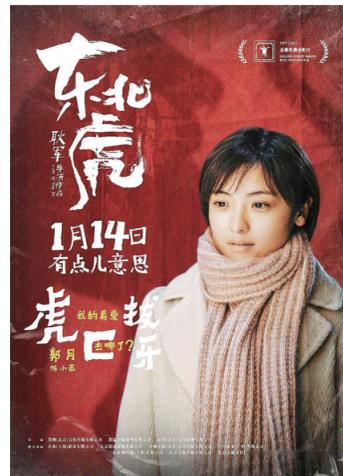


1 长津湖之水门桥



●上映：2022-02-01
●导演：陈凯歌 徐克 林超贤
●地区：中国大陆
●类型：战争
●主演：吴京 易烊千玺 朱亚文 李晨 胡军 张涵予
●简介：作为《长津湖》的续集，影片讲述了七连战士们结束了新兴里和下碣隅里的战斗之后，又将面临更艰巨的挑战和更猛烈的火力。他们将在美陆战一师撤退路线上的咽喉之处——水门桥阻击敌军，任务会更加艰巨，战斗场面将更加激烈。战士们为赢得胜利付出的巨大牺牲将令人更加动容。

2 东北虎



●上映：2022-01-14
●导演：耿军
●地区：中国大陆
●类型：剧情/喜剧
●主演：章宇 马丽 张志勇 徐刚
●简介：美玲即将临盆，丈夫徐东只好将家中心爱的狗托朋友寄养到别处。马千里是债务缠身的建筑商，他在穷途末路之际，偶然接收了徐东的宠物。不幸的是，这只狗的死亡让两个站在人生岔路口的失意者狭路相逢，满腔怒火的徐东在复仇的道路上屡战屡败，却发现了马千里不为人知的一面。与此同时，美玲也意外发现了丈夫的秘密……

时令太仓

年夜饭“硬菜”——肥而不腻的走油肉

□本报见习记者 张韵卓 文/图

走油肉，是太仓人宴请宾客必不可少的“硬菜”之一。别看一大盘红肉“满面油光”，实则肉皮皱如波纹、肥肉甜而不腻、瘦肉酥而紧致，只要有了这道菜，过年的仪式感就算有了。

做走油肉，必须要有耐心。选用肥瘦相间的带皮猪五花肉，处理干净

后切成四方方的大块，放入锅中加水煮至用筷子轻戳能穿透肉皮的程度，捞出来用凉水冲洗干净；锅中倒油，油需没过五花肉，油热后放入五花肉慢炸，直到肉块表面颜色金黄就可捞出；将炸好的五花肉迅速放入冷水中浸泡半小时；锅中加水，五花肉皮向上、肉向下放入锅中，加入适

量的黄酒、葱、姜、桂皮、八角、香叶、老抽、生抽、冰糖，大火煮开后再焖煮一小时；将烧好的肉盛出，放凉后再入蒸锅蒸半小时；等肉块冷却下来，切成厚片，浇上汤汁即可。

经过油炸之后的五花肉，去除了肥肉的油腻感，还可搭配上青菜或者笋干，色香味俱全，令人垂涎。



生活家

浓墨新春 >>> 拿起久违的笔，写一句祝福语

你有多久没认真地写字了？如今，我们在电脑键盘上哒哒地敲击，或是在手机屏幕上捣鼓，拿起笔写字的机会很少了。在全世界的文字中，中国汉字或许是最有趣、最美丽、最合乎逻辑的，它的每一笔每一划都代表着不同的意义。春节临近，让我们一起来学习一下如何写毛笔字，然后亲自动笔写一副春联迎接新春吧！

柔和古今自然 书写的力量

书法是笔画的艺术，横竖皆有灵性。先人们用各色笔墨纸砚，费心参透着书写的奥秘。除去其被提高为艺术门类的本身外，书法和其手书（手写）的形式也曾是日常生活的必需。它上通文书灵气，下接生活地气，并非高深莫测。即使是在今时，提笔书写，你所需要的，也只是一份宁静的心绪而已。

西汉文学家扬雄曾说：“书，心画也。”意思是说书法是人的内心描绘，从一个人写的字中可以看出他的性格和情绪。见字如见人，拥有一端写好字的人总能第一时间获得别人的好感。

我们谈论书写，说的并非无关生活的阳春白雪，也不是滴水穿石的深功夫。学书法最终目的并不是让你成为一个字写得比别人好看的人，而是在一遍又一遍的笔与纸的揣摩与交流中，学到教养、耐心和趣味。

笔墨挥洒韵味 书写的温暖

中国人喜欢讨口彩。过去每到重要节日，人们“总把新桃换旧符”，在桃板上刻写神名，制成挂件，悬于家门

口，以驱鬼魂，招好运。随着时代迁移，桃符演变为春联，刻字演变为书法，书写的内容也日渐丰盈起来。直至今日，张贴春联仍是春节极为重要的传统。祝福长辈身体安康、希望友谊山高水长……种种关切与留恋在汉字间流淌，成为书信短笺中最为深情的一抹。

书写是温暖的，提笔的郑重、手书的情意，是对于所珍惜的人与事的懂得与欣赏。旧时，人们购买红纸请村中较有文化的人帮忙书写春联，挂于门上，祈求来年家人健康平安。现在，人们多选择现成的印刷春联。在农历虎年来临之际，不如亲自动手写一副春联，或赠予他人，一同分享新春到来的喜悦。

手书的祝福 步步都用心

Step1 练笔画打基础
手书祝福的第一步是练好笔画。最基本的笔画书写有两种：圆笔和方笔。圆笔内敛，方笔外拓。而圆笔和方笔的有机结合，浑然天成才是最高境界。

写“横”时，横向向右运笔，毛笔的移动主要靠手腕带动。在行笔过程中，毛笔接触纸面的量需要是稳定的，否则笔画会粗细不一。而书法中的“竖”主要有两种：凡是下端出锋的，尖细似针，即为“悬针”；不出锋的，圆如露水，便是

“垂露”。虽说“执笔无定法”，但对于初学者来说，遵循规范是必要的。

而初期接触书法时，最难掌握的是下笔的轻重。刚学习时，可以“偷懒”将手臂搁在书桌上，有助于稳笔。但最终还是要提臂书写，这也是很好的养生方法。

Step 2 线条会有生命
祝福语的好看与否，和字的线条是否流畅大有关系。成人研习书法的好处在于，可以较好地把自己的心境融于书写的过程中。

一般来说，理想的笔画应当是饱满连贯的。拿起毛笔的那一刻，书写者必须找到正确的姿势：应当坐于椅上，将两脚自然分开，齐平肩膀，上身挺直。如果要写大字，可以考虑采取站立的姿势，以便发力和控制格局。

对于练习书法的人来说，最基本的文房用具是笔、墨、纸、砚这“四宝”。除此之外，还需准备毛毡，垫于宣纸下。再找一些废纸，放在桌旁，供舔笔之用。

Step 3 让汉字透气
汉字书写，重在错落有致、疏密结合。根据汉字的不同结构，在落笔之前，需要仔细考量每个部分的位置和比例。我们从晋代书法大师王羲之的

《兰亭序》中选取几个字，介绍名家的字形之道。

遇上笔画少的字，往往要采取“部首分离”的策略，如“以”字，使整个字撑开一定的篇幅，更为大气。遇上字形比较复杂复杂的字，也并不必要挤作一团。相反，在恰当的地方拉长笔画或刻意留白，会使整个字更加有味、从容。

人受脊梁的支撑，不论坐立都可保持挺拔的姿态。一个好的汉字，也需要有主心骨，它往往是一个偏旁（“视”），或是一笔长画（“春”“峻”）。汉字必须找到自己的支点，否则将会软弱无力，飘忽纸上。

一手好字并不是一天练成的，需要日积月累地揣摩和习练。刚拿起毛笔的你，或许还很不熟练，没有关系，只要你静下心来多加练习，一定会越写越好！

(iLohas)



3 熊出没·重返地球



●上映：2022-02-01
●导演：林汇达
●地区：中国大陆
●类型：喜剧/科幻/动画
●简介：有点懒又有点馋的熊二一直梦想成为英雄。一块外星原核的坠落打破了狗熊岭的平静，熊二意外地与外星原核合体，成为了拥有外星智慧能量的熊。“外星人”阿布为了夺回原核，故意制造事端，让熊二众叛亲离。然而一支神秘高科技军队的攻击，致“熊强”组合甚至整个地球处于巨大的危难之中。阿布隐藏的身份以及来到地球的真正目的是什么？熊二能否振作起来实现他的英雄梦，挽救地球危机？