



过去我从不晓得上海邻近还有“相城”这处地方,但这并不影响它存活在那儿已经 2500 多年的事实,传说当年伍子胥受吴王之命为大城选址,曾在相城这一带品尝水的咸淡,了解土质情况,后来此处成为吴王阖闾的粮食鱼蔬供应基地。周五下班后从上海开车过去,抵达时正好赶上晚饭点儿。

阳澄湖里的相城八大鲜

清水大闸蟹是这顿饭当仁不让的主角。阳澄湖百里方圆,十分之七的水域都在相城,要吃到正宗的阳澄湖蟹,非得再坐小艇,上到四面环水的莲花岛。虽然岛上人家家家都烧得一手好吃的农家菜,但若是金秋时节来,这里全是来吃蟹的人,简直一座难求。

入了冬,轧闹猛的人潮退去,店家心情归于淡泊,正是登岛的最好时节。莲花岛很小,步行便能绕岛一圈,湖荡里还有残荷,码头上有蹲着卖莲子的人,还有卖蟹的,还有卖甜芦粟的老妇、卖新挖萝卜的老汉、卖晒干黄豆的阿婆、卖菱角的姑娘。

临近春节,蟹成了稀罕物,区分正宗的阳澄湖大闸蟹其实不难,相城当地的蟹农教我,一要看“青背”,



蟹壳应该呈青泥色,平滑而有光泽;二是“肚白”,贴肚的脐腹甲壳,晶莹洁白,无墨色斑点;三是“黄毛”,根根挺拔;四是“金爪”,坚实有力;自己吃的话最好选 3 两左右的,佐上姜丝和才温好的黄酒,驱寒。

好水养出好湖鲜,相城除了人尽皆知的大闸蟹,还有清水虾、甲鱼、鳊鱼、白鱼、鳊鱼、莲藕和菱角,称作“湖八鲜”。这边厢吃着,聊着,那边厢苏州弹词高一声低一声,在夜里湖上飘散:“……但见那,满园景色倍凄清,他便在,太湖石畔将身坐,瞥见了,五百年前未了姻……”

绿色农家乐

周六中午,从莲花岛上下来,途经“美人腿”一带的农家,便停车村口,进去打听有没有晌午饭。

恬美相城, 湖里有八鲜

文、图/小曲

周末闲来无事,又懒又馋,就想着去哪里玩玩,最好不用跑太远,还能顺便尝尝时令菜。相城是个不错的目的地,从上海出发一个多小时,芦荡、菜畦、莲池、草堂、古刹、渔歌、岛上人家。一壶暖酒,万亩阳澄湖,评弹琮铮,只待湖鲜渐次出场。



主人很热情地招呼入座,柴火灶、大油锅、地里新摘的小青菜、湖里刚捞的鱼虾,还炖上了老母鸡,吃虾皮蟹壳长大的,满屋生香;鸡汤端上桌,黄澄澄油亮亮,动作稍迟已经被一扫而光。

米饭特别好吃,软糯、质韧,是今年的阳澄湖新米,色泽晶莹,形粒饱满,细闻有特别的清香芬芳。相城土地肥沃,水源丰富,从伍子胥时代起,就是著名的米粮食蔬基地;如今若是在相城老街那一带的巷子里随便走走,一定会发现一种外观奇特、状似蒙古包的古怪建筑,六七米高,圆柱形,屋顶穹形,盖着小黑瓦——那其实是上个世纪的遗迹,也是现存下来极珍贵的江南地区典型的粮仓——餐一饭当思来之不易。

我有朋友在相城阳澄湖镇包了

一小块菜园,那里有个极正式的名字叫做“现代农业园”,周末节假日闲暇时都会携家带口过去,随着时节一茬接一茬,种鸡毛菜、种草头、种韭菜、种芸豆……那里每年一块菜园才 500 元,谁都可以成为主人,园区还提供种子和菜苗,你若没时间来浇水、除草、施肥,他们会像邻居一样热心代劳;若是在外惦记着自己的芹菜或者南瓜,他们还会用摄像头为你远距离直播;等瓜果菜蔬成熟采摘下来,就算你忘记,他们也会帮你快递回去。

鸡鸣茅屋外,客梦水云间。在相城吃吃喝喝过了一个周末,回沪时,车里多了一箱黄埭西瓜子和相城麻饼,还有一篮红薯、南瓜、胡萝卜、白菜以及一只面色红润、五斤重的走地柴鸡。



畅游巧克力梦公园

甜蜜在上海



文/付雅柳
听说巧克力梦公园落户上海浦东喜玛拉雅中心,怀着好奇与期待去探索这座神秘之园。外观好似一座藏匿着甜蜜与幸福的城堡,还在电梯上,巧克力的浓香便扑鼻而来。一入场,工作人员便为我送上了香醇浓郁、柔滑细腻的巧克力,第一时间使得味蕾得到了前所未有的满足。享受着这美妙的巧克力,正式开始了我的甜蜜、梦幻之旅。

梦公园主题馆览中华经典

经过入口处长廊,我们来的第一个区域就是梦公园主题馆之魅力上海区。踏入其中,老上海的弄堂文化真实地呈现在我们眼前。手摇式缝纫机、老式电话、黄包车、留声机等等经典元素让我们仿佛被带回了上世纪二三十年代,真是有点怀疑我们的眼睛,这些竟然真的全是巧克力制作。

除了这些生活中常见的物品,国宝清明上河图以及长六米多的富春山居

图,也都是一比一大小由巧克力制作;其中最让我们震惊的要数那两米多长的巧克力巨龙以及巧克力兵马俑了,这两项在我看来可谓是巧克力这一舶来品和中国文化结合得最巧妙的展品了,无论是色调、神态,还是场景布置,都体现了浓郁的中国特色。

世界巧克力馆获巧克力秘籍

巧克力传奇区、节庆区和国家区里,我了解了巧克力的传奇故事,巧克力的演进与发展,可可豆是如何种植又演变成香浓巧克力的过程以及各大著名巧克力生产国的特色等等。

大师表演区里我亲眼见证了巧克力变形金刚、LV 包、小提琴、奶牛、旗袍等模型的制作,据大师介绍,这些作品的完成大都需要 3 至 5 天的工艺,从制作零件再到用巧克力和糖浆混合而成的“胶水”黏合在一起,每一道工序都要十分谨慎小心,尤其是人的体温已经远远超过巧克力凝固所需的 22℃,所以必须做一会儿就停下片刻,十分麻烦。

在世界巧克力馆里还有一个人气超旺的项目,那就是“捞巧克力”,只要你运用你的灵活的双手,便能从满满的巧克力机里捞出 Lindor 瑞士莲软心巧克力,有耐性的话吃完了还可以带回家哦!

巧克力魔法学院享专属甜蜜

了解了巧克力的知识与技巧,就要到巧克力魔法学院自己动手去做一个巧克力。坐在别具一格充满童趣的桌椅前,开始了我的 DIY 制作,我选择的是较便宜的 50 元“小甜心”课程,全部的制作过程有可爱小老师全程指导。开始动手了!做完之后,老师还会发一张魔法学院毕业证书,很是精致可爱。虽然每种课程 50 元、68 元、78 元、120 元、220 元、280 元不等的制作价格有点贵,但是回想一下制作过程的甜蜜、拿到成品巧克力时的幸福还有后来好友收到礼物时的那个兴奋劲儿,还是值得的!

又到了滋补的时候了,尤其是众说纷纭的 PM2.5 颗粒物对健康的损害,海参当之无愧是滋补的最佳方式之一,无论是自己进补还是送给亲朋,无疑都是将健康送到身边最好的方式。也正因如此,什么是纯淡干海参、原种刺参、100% 无糖放心食品,时下众多海参品牌,该如何选呢?在朋友老严的推荐下我们来到了大连棒槌岛海参上海分店。刚好碰到一位 95 岁高龄的消费者陆爷爷(现 2012 年应该 96 岁了),简直不敢相信,面色红润的他,在用手机给孙女发英文短信,在和我们闲聊后,他给出了“棒槌岛上海分店”这样的评价:“良心,放心,舒心,问心无愧”!

棒槌岛海参拥有 20 年的发展历程,已成为全国著名的海参品牌。在港澳台地区、东南亚及欧美同样有着较高的知名度,棒槌岛海参已经成为了“辽参”的代名词。中国最早从事工业化、品牌化发展公司,也是国内第一家海参绿色食品,有机食品;国内第一个开始构建从原种保护、苗种繁育到生产加工、市场营销产业链的海参企业。并获得了中国驰名商标、国家级刺参原种场,拥有确权海域 20000 亩,总占地面积达 8 万平方米,总资产达 5 亿元,是农业产业化国家重点龙头企业。细细说来,能够给老百姓带来健康,尤其是放疗患者带来帮助,店主的喜悦之情溢于言表。

棒槌岛海参真正保证了消费者的利益和健康,并铸造了棒槌岛海参的辉煌!

棒槌岛海参上海分店地址:长宁区长宁路 1283 号

电话:021-32160622 18930733851
www.bangchuidao88.com



棒
体
格
!
棒
海
参
!
棒
槌
岛
!