

(上接09版)

李振文摄
黄芳制图

冻梨

口感细腻,别有风味

03

“咱们海原的香水梨制作成冻梨后,吃起来特别甜,这和当地的地理环境有关。”海原县关桥香水梨专业合作社理事长乔亚龙介绍说,海原县年平均气温为7.6℃,年平均降水量为286mm,年平均日照时间为2710h,无霜期149~171d。特殊的气候与地理条件为香水梨的生长发育创造了有利条件,“现在我们的香水梨已经远销海外了。”

冻梨,又称为冻秋梨,是一种将普通白梨冰冻后变成乌黑色的水果。它的制作过程简单而独特,主要是将成熟的梨子放置于低温环境中自然冻结。食用时,只需将冻梨置于凉水中浸泡,待其化透后即可

食用。冻梨的口感绵软,是北方冬季特色果品之一。

冻梨的历史源远流长,早在辽代,契丹族人就有吃冻梨的习惯。那时,由于保鲜技术的限制,人们发现将秋季收获的梨子放在寒冷的户外,梨子会在低温下自然冻结,保存状态得以延长。这种偶然的发现逐渐演变成了一种有意识的食品加工方法,冻梨便作为一种能够长期保存的水果而流传至今。明清时期,随着冰窖储存技术的提高,冻梨开始出现在贵族和富人的餐桌上,成为一种珍贵的甜品。到了近现代,冻梨逐渐走入了寻常百姓家。

沙棘果

酸酸甜甜,奇妙滋味

04

在宁夏的大集上,沙棘制品琳琅满目,沙棘果汁、沙棘果酱、沙棘籽油等,吸引了众多游客和当地居民。商贩们热情地叫卖着,向人们展示着沙棘果的魅力。品尝沙棘制品的人们,脸上洋溢着满足的笑容,仿佛在品味着宁夏冬日的阳光。

沙棘果,被誉为“生命之果”,在这片宁夏的土地上,它犹如一颗颗璀璨的宝石,闪耀着金黄色的光芒。沙棘果小巧玲珑,却蕴含着巨大的能量,成为了宁夏冬季里一道独特的风景线。

在这寒冷的冬天,沙棘果挂满枝头,犹如一串串金珠,随风摇曳。它们顽强地生长在荒漠、盐碱地,抗风沙、耐严寒,见证了宁夏人民的坚韧与毅力。

宁夏盘隆果业有限公司负责人范学峰介绍,每年10月底到1月初是沙棘果的采摘期,300多人会集中时间在地里进行采收,而采集好的沙棘会送去生产车间冷冻室低温冷冻,随后再打果,加工成沙棘汁、沙棘原浆等产品。“沙棘果的味道,酸甜适中,独具一格。它的酸味会刺激你的味蕾,让人瞬间精神焕发;紧接着,沙棘果的甜味逐渐弥漫开来,与酸味相互交织,感觉很奇妙。”

范学峰说,很多人一开始不习惯沙棘果的味道,但殊不知,沙棘果富含非常丰富的营养价值,被誉为“天然维生素宝库”。“此外,沙棘果还含有多种氨基酸、脂肪酸、矿物质等营养成分,对人体健康大有裨益。”

沙枣

小小果实,家乡味道

05

在宁夏冬日的大集上,有一种果实,它不张扬,却以独特的魅力吸引着人们的眼光,那就是沙枣。沙枣果实的味道,甜味适中,富含营养。在宁夏的大集上,沙枣是受欢迎的年货之一,因为它不仅好吃,而且具有很高的药用价值,能治疗消化不良、咳嗽,还能强身健体,提高免疫力。

“沙枣树的根系发达,能够固定土壤,防止水土流失,对环境保护具有重要意义。”宁夏林业研究所副研究员朱强介绍说,除了生态效益,沙枣还具有一定的经济价值。沙枣果实可以直接食用,也可以加

工成果酱、果脯、饮料等多种食品,丰富人们的饮食选择。沙枣油是一种高品质的食用油,富含不饱和脂肪酸,具有很高的营养价值。此外,沙枣树的木材坚硬耐用,可用于制作家具和工艺品。“沙枣花蜜也是一种优质的蜂蜜,深受消费者喜爱。通过发展沙枣产业,可以带动当地经济发展,增加农民收入。”

不过对于宁夏人来说,沙枣不仅仅是一种果实,它更是童年时光的回忆,是家乡的味道。尤其在那个物资匮乏的年代,沙枣是孩子们心中的美味,是大自然给予的恩赐。

蚕豆

金黄酥脆,回味无穷

06

蚕豆,这种看似普通的豆类果实,在宁夏的大集上扮演着不可或缺的角色。它们在这里,不仅仅是食物,更是一种民俗的传承,一种温暖的象征。当蚕豆的绿意在秋日的田野里褪去,留下的是饱满的豆荚,里面睡着沉甸甸的果实,等待着冬日的唤醒。

卖蚕豆的小摊前,总是围满了人。有一些大集上卖的是炒好的蚕豆,虽然冷,但那种香香的味道,让人回味无穷,尤其是冬日伴着大雪,在暖和的屋子里喝着小酒,时不时往嘴里扔几颗炒好的蚕豆,那滋味别提多美

了。一些地方的摊主,还会在集市上现场炒蚕豆,经常在贺兰大集上卖炒货的朱艾兰,就会在大集上炒蚕豆。她的手法熟练,将一把把蚕豆倒入锅中,伴随着噼里啪啦的声响,蚕豆在热油的拥抱下,逐渐变得金黄酥脆。盐粒与香料则是这场舞蹈的伴奏,它们与蚕豆的香气交织在一起,吸引很多人围观。很快,炒好的蚕豆被倒入竹篮,热气腾腾,散发着诱人的香味,吸引着人们纷纷驻足购买。“我用的就是咱们六盘山的蚕豆,炒起来香!”朱艾兰笑着说。