

一揉一捏间充满春日仪式感

记者体验青团制作过程

清明将至,艾草飘香,软糯碧绿的青团是清明时节的颇具仪式感的美食。从采集艾草到揉面裹馅,一枚小小青团,凝聚着食材的讲究与手工的匠心。近日,本报记者跟随深耕传统小吃多年的市民吕爱兰一起体验青团制作,在揉、捏、包、蒸的过程中,感受春日清香。



记者体验将艾草焯水



青团成品

食材挑选格外讲究

想要青团做得好看、吃着香,头道工序就得在青上下功夫,这食材挑选格外讲究。吕爱兰拿起盆里的艾草打开了话匣子,清明前的这段时间,艾草最嫩最香,在田埂旁、河边等地能找到。

吕爱兰拿起一把艾草,向记者演示如何处理:摘下嫩叶子,老梗和

叶得剔除干净。她双手麻利地摘叶,并将艾草反复清洗干净。

随后,吕爱兰将洗净的艾草放入沸水锅中,边煮边提醒记者:焯水时加少许小苏打,既能去掉艾草的苦涩味,又能锁住天然的翠绿色,煮出来的青汁才好看。

煮好后的艾草,吕爱兰还要过凉

水再清洗一遍,之后用破壁机榨成汁。

当天,吕爱兰还准备了另外两种颜色的外皮。一种是纯白糯米皮,米香纯粹,最能衬出馅料的本味。最亮眼的要数粉色的皮,那是她用新鲜红心火龙果汁调出来的颜色,淡淡的透着天然的清甜果香。

最大的挑战就是捏碗

对于平时很少做面点的记者来说,制作青团的捏碗工序就成了最大的挑战。

吕爱兰拿起一团碧绿的米粉团,熟练地用大拇指在中间轻轻旋转按压。转眼间,她就捏出一个形似小碗的凹槽。

等到记者上手时,面团却不听使唤。记者手中的面团不是捏得太厚,就是碗口歪歪扭扭。

皮要捏得中间厚、边缘薄,馅料要适量,太多容易漏,太少不够味。吕爱兰在一旁耐心指导,手把手地纠正记者的手势。

到了虎口收口和搓圆环节,记者捏出的青团形状略显潦草。吕爱兰笑着接过半成品,边修整边传授诀窍:手要稳,力度要均匀。

青团包好后,底部垫上新鲜粽叶,青团被整齐码入蒸笼。等到水烧开后,蒸笼上架,大火再蒸10分钟,这样做出来的青团口感好。这是吕爱兰多年总结出的最佳火候。

出锅咯!快来尝尝。随着吕爱兰一声吆喝,蒸笼盖掀开的瞬间,白色蒸汽如云雾般喷涌而出,艾草香与馅料的鲜香交织在一起。

记者迫不及待趁热咬上一口,糯米的绵密与艾草的清香在舌尖化开。红糖馅甜而不腻,轻轻一咬便有温热的糖汁爆出,甜润从齿间淌进心里。雪菜春笋豆腐馅则咸鲜交融,春笋的脆嫩、雪菜的咸香、豆腐的绵软,混着猪肉的油香,层次丰富,让人回味无穷。

这两种口味,一甜一咸,恰如春天的两面,温柔的甜与蓬勃的鲜。

口感关键在于和面

完,得看面团的干湿程度灵活调整。吕爱兰道出了和面的关键。

记者卷起袖口开始上手尝试,真是看起来简单做起来难。刚倒进去的青汁让面团变得黏糊糊的,沾在手上甩不掉,怎么捏都不成型。

别着急,你多揉一会儿,手上抹点干粉,然后顺着同一个方向用力揉。在吕爱兰的耐心指导下,记者反复揉搓,掌控力道,面团果然渐渐从沾手变得细腻筋道,最终光滑如玉。

准备两种经典馅料

吕爱兰是个讲究人,做青团从不敷衍,光是馅料就备了甜咸两种,每一味都拿捏得恰到好处。

甜口的红糖馅是经典口味。吕爱兰选用的是上好的本地红糖,将其碾碎后,再拌入些许芝麻碎和少许猪油,这样做出来的馅料甜而不腻,咬开时温热的糖汁缓缓流淌,仿佛能把人一下子拉回儿时的清明记忆里。

咸口的则更见永康本地的巧思与风味。雪菜春笋豆腐馅。雪菜是吕爱兰自己腌制的,色泽金黄、咸酸适口,春笋是清晨刚从山里挖来的,剥去笋壳后切成细丁,脆嫩中带着清甜,豆



腐用的是老豆腐,提前沥干多余水分,再细细捏碎,绵软中透着豆香。她还特意拌入肥瘦相间的猪肉丁。几种食

材在锅里翻炒时,咸香交织,鲜味层层叠叠地漫出来,光是闻着那股香气,就让人食欲大开了。

记者手记

青团是藏在舌尖的乡愁符号

起初,我们以为制作青团不过是把馅料裹进面团搓圆就完成了。直到这次体验青团制作后,我们才发现处处是门道。比如,和面要掌握好米粉和水的比例,制作时放馅料也不能太多或太

少,否则做出来的成品就不好看。

青团虽小,却让我们在舌尖与指尖之间,找到了与故乡、与传统最真切的连接。

这抹春日的绿,不仅是舌尖上的美

味,更是刻在骨子里的文化印记,提醒着我们,在快节奏的生活里,不妨慢下来,感受一下手作的温度,品味一季专属的春日浪漫。

无论是传统风味的坚守,还是创意

口感的迭代,一枚小小的青团,既是清明习俗的鲜活传承、春天独有的仪式感,更是藏在舌尖的乡愁符号,承载着人们对生活的热忱与对烟火温情的眷恋。

融媒记者 俞梦婷 施萱萱