2024年9月27日 星期五
E-mail:tougao_cfs365@126.com
首都食品安全

秋分悄至，北半球开启昼短夜长的序章，天气变得越来越凉。这不仅是自然界更迭的鲜明印记，更是味蕾盛宴的换季信号。餐桌之上，时令的味觉悄然发生变化，肥美诱人的大闸蟹、碧绿清新的秋苋菜、鲜嫩可口的田螺……种种佳肴轮番上阵，让人在品味间感受季节的流转与自然的馈赠，一起看看秋分的传统美食有哪些。

大闸蟹、田螺鲜鲜美来袭 秋分美食陆续登场

大闸蟹、田螺等河湖美味不容错过

“秋风起，蟹脚痒”，秋分时节的大闸蟹无疑是餐桌上的明星。此时的蟹黄饱满、蟹肉鲜嫩，无论是清蒸还是红烧，都能让人大快朵颐。不过，值得注意的是，今年的大闸蟹来得有些迟，据行业人士分析，今年受气候影响，加上中秋较往年稍早，目前南方部分地区的大闸蟹成熟度不够。

另外，挑选大闸蟹也有讲究，一掂重量知肥瘦，二捏蟹背辨生死，三逗眼睛验活力，四看纹路识品质。然而，在享受美味的同时，也要注意安全食用，蟹胆、蟹肠、蟹心、蟹胃等可能含有细菌和寄生虫的部位要去除。

在广东等地，秋分前后是田螺最为肥美的时期。此时的田螺肉质鲜嫩、无小螺干扰，是食用的最佳时节。田螺的烹饪方式多样，爆炒田螺麻辣鲜香，水煮田螺则保留了其原汁原味的鲜美。不过，由于田螺的生长环境较为特殊，烹饪前需将其放在盐水里反复浸泡清洗，以确保食品安全。

汤圆、鸡蛋等传统美食吃起来

秋分期间，部分地区的饮食习惯不同，例如岭南地区吃秋菜、汤圆，江浙一带有吃芋头的习俗等。

秋菜。在岭南地区，秋分期间有吃秋苋菜（野苋菜）的习俗。这种野生的苋菜不仅口感清香，还具有丰富的营养价值。客家人喜欢将其与鱼片一同煮制，既鲜美又滋补。此外，秋苋菜还可以凉拌、清炒，多样的烹饪方式满足了不同人的口味需求。

汤圆。秋分时节，岭南地区还有吃汤圆的习俗，这不仅是对美食的追求，更寄托了人们希望庄稼免受鸟雀破坏的美好愿望。当地农民会在秋分当天煮一些有馅儿的汤圆，插起来放在田外，称之为“黏雀子嘴”。

鸡蛋。“秋分到，蛋儿俏”是一句流传广泛的民间俗语，它形象地描绘了秋分时节人们立蛋的热闹场景。秋分这一天，全国各地都流行着竖鸡蛋的活动，人们纷纷尝试将生鸡蛋稳定地竖放在平面上，以此庆祝秋分的到来。在这一习俗之后，人们通常会将鸡蛋煮熟来食用，寄希望以此来滋补身体，寓意一整年身强体壮。

芋头。在江浙一带，秋分时节有吃芋头的习俗。这一习俗不仅因为芋头本身营养丰富、口感软糯，更因为它在当地文化中寓意着好运连连。芋头的发音与“运来”相近，因此，人们在秋分这一天食用芋头，寄托了对未来生活的美好期望和祝福。而在北京地区，秋分时节也有吃芋饼的习惯。

桂花酒。秋分之际，南方大地沐浴在浓郁的桂花香氛之中。按照传统习俗，人们会在秋分前夕精心采集桂花，随后巧妙地融入白酒或黄酒之中，酿制成芬芳四溢的桂花酒。待到秋分之日拿出来庆祝或者待客。时至今日，这一习俗依旧延续，许多人在秋分当天特意选购桂花酒，以酒会友，共赏秋色。

（刘欢）

北京昌平区兴寿镇乡村美食争霸赛开幕

本报讯 王进文 近日，北京市昌平区兴寿镇乡村美食争霸赛开幕。本次活动由昌平区商务局指导，昌平区兴寿镇人民政府主办，旨在推动农文旅深度融合发展，多方位展示兴寿镇和美乡村风貌、产业发展成效，助力乡村振兴。

本次美食争霸赛分为线上和线下两个部分。线下评比现场，兴寿镇域内的餐饮门店纷纷带来参赛作品，观众为自己喜爱的菜品加油助威；线上部分，市民游客可以通过线上小程序为喜爱的餐厅进行投票。活动现场发布了两条“秋品果 兴寿行”旅游线路。“山水如画，乐享兴寿”线路包含采摘、游玩、美食体验、文化参观等丰富内容，“丰收金秋，兴寿有你”线路涵盖网红打卡、采摘、市集游览、艺术参观等多个环节。

近年来，兴寿镇结合自身实际，深挖当地餐饮文化内涵，打造出诸多具有地域特色的“美食记忆”。“今天过来找朋友玩，恰巧赶上了美食争霸赛，在现场品尝了一家餐厅的招牌菜，非常好吃。”游客张女士表示，国庆假期要带家人一起来打卡这家餐厅。

赛场之外，“京语话民俗”社区青年汇文化传承讲堂也别具特色。北京民俗文化讲师与青少年面对面互动交流，以北京的特色小吃、方言用语、礼俗技艺等内容为切入点，加强对京味民俗文化内涵挖掘与传播。民俗文化传承人、非遗技艺传承人在互动体验区展示教学传统手工技艺，让大家近距离发掘感受民俗文化之美。

广告