



边看边聊

那天的聚会是在一家网红餐厅，但比餐厅更火的是话题。这不，点完菜的何妹妹刷着手机，突然自言自语：“啊？把青春全奉献给了家庭，到头来只判给5万元？也太少了吧？”何妹妹音量不大，但“5万元”这个敏感词汇还是撞进了大家的耳朵，在座的纷纷点开手机，满屏皆是首例全职太太离婚获5万元补偿的新闻。

凌先生思维缜密，反驳道：“不要搞错哦，法院是在全职太太应该获得的家庭财产之外再补偿5万元，不能混淆的。”

凌先生的解释使原先囫圇吞枣浏览新闻的大伙明白了“判”和“补偿”之间的区别，可他接下来的话引来了几位年轻妈妈的“众怒”：“我非常反感用金钱来补偿家庭权利，钱算清了，人也掉价了。”

A妈柳眉竖起，首先发难：“这笔账算得清吗？大家有没有替这位全职妈妈想过，脱离社会这些年，接下来怎么办？她或许可以再进职场，也可以再婚，但容易吗？我觉得这是对经济弱势一方的倾斜！只是5万元的补偿少了点。”B妈马上接口：“所以要跟小姑娘们交交心，不要在恋爱时被一句‘我负责赚钱养家，你负责貌美如花’迷惑。靠山靠水不如靠自己，哪怕在家开个网店也能经济独立，降低未来风险。”

那天饭桌上五女二男，除了凌先生，还有一位王老五，从头到尾不插话。

凌先生虽然在性别数量上处于弱势，但他有话要说：“我谈恋爱时也跟现在的太太说过这句话，相当地真诚。你们觉得全职太太弱势，能不能换位思考一下，在外打拼容易吗？开车、应酬同样存在风险系数，再說了，在家庭中女性的作用毕竟多一些，要是换成是全职爸爸，我不敢说他能坚持多久？”

倒也不尽然，我的表弟就是名全职奶爸。说实话，表弟决定辞掉工作回家带娃时，支持他的恐怕只有弟媳了。亲朋无非担心这种“跷跷板”式的家庭关系能维持多长时间，可鞋子合不合适夫妻俩最清楚，别看弟媳是一家企业的财务主管，在生活中却愿意“听人摆布”。她很享受下班回家有热菜热饭等着的日子，吃完饭和儿子嬉戏打闹，消除一天的疲劳。在养育孩子的问题上，她甚至觉得当爸的比她这个做妈的更加周到……

情人节那天，我在朋友圈看到表弟晒出夫妻俩手挽手去看电影的照片，弟媳还拿了枝红玫瑰，幸福满满。一般人看来，弟媳是个无欲无求的女人，但在我眼里，她聪明智慧，在家庭的账册里，她懂得投入爱，让表弟堂堂正正成为一家之主，这个婚姻关系显然很稳定。

“辩论”还在继续，都是会说话的人，说出的论点也都在理，至少我这棵“墙头草”在两边倒。再怎么争论，都在为“首次”点赞，我还赞同A妈的观点：当年结婚因为爱情，到了非离不可的地步，一方给另一方补偿，说明仍在为对方着想，给曾经的爱画个句号。

一个社会乃至一个家庭，哪有绝对的公平？看看咱家的表弟夫妇，社会大众一分子，却懂得在家庭关系中掌握着一个你中有我、我中有你的相对公平的度。从表弟做全职爸爸的那天起，我相信弟媳一定在心里对他说：“辛苦你了，从今往后我负责赚钱养家，你负责‘貌美如花’”。

在今天浙江金华磐安县仁川镇上，有座古老的祠堂“四知堂”，这块“清白传家”的匾额源远流长，是纪念杨氏先祖东汉名儒杨震新。

杨震（公元9—124年）字伯起，陕西华阴人。他先祖杨喜因功封赤泉侯，父亲杨宝是个隐士。杨震少年好学，博览群书，风雅清正，以研习《欧阳尚书》闻名于世，人称“关西孔子杨伯起”。

因其贤名，当时州郡官员向杨震下聘书，请他出来做官，杨震皆一一谢绝。一直到杨震50岁时，大将军邓骘闻杨震之贤达，举其为茂才，杨震先后出任荆州刺史、东莱太守，公正执法，料理民情，颇得佳誉。

杨震一次经过昌邑县，昌邑县令王密曾受杨震举荐出任，他深夜来访，谈笑间，王密取出十锭金子赠杨震，杨震曰：“你我是老朋友，何意如此？”王密笑曰：“此刻夜深，我来时无人知晓，请您收下。”杨震慨然道：“天知、地知，我知、你知，怎么能说没人知道呢？”王密惭愧告辞。

后来，杨震步步高升，先后任太仆、太常、司徒等高官，但他秉性未改，办事公正廉明，生活俭朴，蔬食徒步，在东汉官吏中是个异类。他的一些老朋友都劝他为子孙购置产业，并把他留下的几间破屋修建成花园大宅，杨震一口回绝：“让后世的人称我子孙为清白官吏

我负责貌美如花

章慧敏

茶最宜于品

燃烧的雪花

随着春风的吹拂而绽开新芽，渐绿渐青，仿佛又要跃上枝头惬意地笑语喧哗之际，茶叶却被无情地采摘下来，最为鲜活的光景戛然而止。随后经过精选、摊晒、烘焙，直到被密封在袋子或者容器里。在这些流转的过程中，茶叶与它最初的模样越变越远。

戏台上的“采茶扑蝶”，只是一种诗化的表演，而茶叶的脱胎换骨，真的是历经磨难。

但茶叶毫无任何的愤懑和埋怨，他人以为它已遍体鳞伤，只留片甲，它却觉得终于被拾掇得清清爽爽，可以静静地躺着，进入自己的梦乡。

也因此，茶叶更没有一丝的消沉，当有一天被从梦中惊醒，接着被送进杯子里，用开水一激以后，它们便又重新舒展开来，牵回一片已逝的春光。

是的，从鲜活到干燥变形，然后，在经过了一段长短不一的沉寂之后，又破茧化蝶般地舒展开来，鲜活起来，每一片茶叶都是一首复活的歌。

所谓的幸福生活，是建立在开门七件事上的，而排在“柴米油盐酱醋茶”最后一位的茶，或许最是意味深长，余韵袅袅。

难怪人们常说，茶不只是用来喝，更是宜于品的。

有一种花，它很小，高高举起石锤，用力捶出一排排小坑，另一人就在坑里放一株株油菜苗，然后用泥土拥实，三人合作下，菜花坨就像长蛇一样延伸而去。没过多久，整块

永远的油菜花

冯正平

冬天，油菜长得很慢，呼啸的北风把叶子吹得红红的，就像姑娘脸上的冻疮；凌晨时分寒霜又给油菜叶镶了一条白边；下雪时，飞雪把油菜埋在雪堆

的稻田都换成了绿装。油菜花虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油菜花深知团结力量大的道理，因此它不与观赏花类争个体美，也不跻身于花坛庭院之中，而是与千千万万的兄弟姐妹一起，寂寞地蹲守在田野里，四月天，春风里，它们忍受着风吹雨打严霜逼，只求风和日丽展一回。

古人吟梨花诗曰：枝头春俏世无双，大地铺金四野黄。酿蜜纹蜂翻玉蕊，恋花彩蝶吮琼浆。雨滋日照千颗满，梦断魂消万户香。堪笑牡丹空有色，华而不实免称王！

油菜花，永远的花！

油菜花开 (油画) 冯正平

到外戚宦官的共同嫉恨。汉安帝下诏为乳母王圣在皇城大造府第，升任太尉的杨震再次起奏：“当前自然灾害频发，国库空虚，陛下动用大量人力、物力、财力修建豪华府第，致使皇亲国戚相互攀比，加重百姓与朝廷离心离德，请陛下斟酌。”由于多次上疏，汉安帝不悦，但因杨震为名儒而不敢加害。

这时，一个叫赵腾的百姓到宫门投诉，批评朝政昏庸腐败，汉安帝下诏将其收捕入狱，以严刑逼供定诬告罪。杨震立即上书：“贤明的君主应注意倾听百姓之言，修正自己的错误，如今赵腾因言获罪，请陛下减免，并广开言路。”汉安帝不纳，将赵腾斩首。在群小的诬陷与攻击下，杨震闭门谢客，后被送归原籍。

杨震不屈服，他在返回洛阳的夕阳亭时对其子及门生说：“一个人死不可免，我痛恨奸臣狡猾而不能诛。”乃服毒自尽，闻者皆为之流泪，天空中群鸟飞腾而不散。

永建元年（公元126年），汉顺帝即位，下诏悼念：“已故太尉杨震，正直为怀，因小人颠倒黑白，致使他枉死。”命人立石鸟像于杨震墓前，封杨震两个儿子为郎。

杨震因“四知”之言而名垂千古，“四知堂”始建于明崇祯五年（公元1632年），今为浙江省文物保护单位，以此纪念杨震一生的为人正直，刚直不阿。

“二月二，龙抬头。”这天，网络上争相念叨“撑腰糕”。我不知道有多少人吃过“撑腰糕”，反正这种习俗，人云亦云，总不会错；倘使换种说法，“二月二，龙抬头，吃煎饼”，恐怕倒要被人数落几句“拎不清”了。殊不知“龙抬头”时吃煎饼，恰恰是很有来头的旧俗！

“二月二”，北方一些地区的人照例要吃一种叫“熏虫”的东西。

“熏虫”，当然不是虫，而是煎饼。不过，倘若“熏虫”的味道达到连虫也被吸引的效果，那个香，厉害了；倘若“熏虫”的味道能把蛇虫百脚都狙击在了洞内出不来，那个“香”，还能叫香吗？

里，雪刚融化，油菜就迫不及待地昂首挺胸站立出来。待到寒冬过尽，暖阳高照，油菜便拔节生长，开出朵朵黄霜，可谓凌寒冒雪几经霜，一沐春风万顷黄，稍得温暖便灿烂。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

油条菜虽被称为花，却不入花谱之中，它归于蔬菜之类，比之于观赏的花类，个体微小，貌不出众，难以引人注意，然而它却有花中之王牡丹无法比拟的本领。牡丹花盆硕大，出身高贵，以色彩多样、风姿绰约而超群，博得人们的喜爱，然而花开过后便是凋谢，什么结果都没留下。而油菜花却如清纯能干的农家姑娘，在朵朵黄花凋谢后会结出无数的荚果，荚果中的菜籽富含油脂，成熟后又能榨出油来，变成人们的食用油。乾隆皇帝赋诗赞曰：黄萼裳裳绿叶稠，千村欣卜榨新油。爱他生计资民用，不是闲花野草流。

别急，清康熙年间出版的《宛平县志》中有一条，称，“二月二”吃煎饼，目的是“引龙以出，且使百虫伏藏也”。敢情，一只煎饼，能使好的东西被发扬，坏的东西被打压，真是了不得！

煎饼另有一个让人感奋之处——东晋王嘉《拾遗记》：“江东俗称，正月二十日为天穿日，以红丝缕系煎饼置屋顶，谓之补天漏。相传女娲以是日补天地也。”那

那于说，老百姓在正月二十日专门做了煎饼，给辛辛苦苦补天的女神“加油”，其情可嘉。

值得一提的是，中国古代，有个用现代眼光看起来仍然十分重要的节日，叫“人日”，即民间传说中的人类生日，时在正月初七。这天，人们要举行各种活动，其中一个节目：“北人此日食煎饼，于庭中作之，云‘熏天’。”（《荆楚岁时记》）

小小一只煎饼，既体现了“大爱”，也不乏自相当的自中国历史文化呢。

在我的印象中，煎饼的正确打开方式一般是这样的：在加热的铁铛上，舀入面糊，然后用特制的刮片迅速加以摊

把“煎饼果子”纳入市级非物质文化遗产名录。看来，“山东银”有足够时间与“卫嘴子”较一番劲，可，你早干嘛去了？

山东煎饼在“果子”的名义上落了个下风，实际操作上却能攻城略地，无往而不胜。以上海为例，“山东煎饼果子”相比“天津煎饼果子”，占据了压倒性的优势。

事实上，把山东煎饼简单定义为“煎饼卷大葱”，以及为“跟进”天津“绿豆面糊”而大打“杂粮概念”的牌，是不严肃的。蒲松龄在《煎饼赋》中早就说了：“若易之夜屑，则如秋练之辉腾；杂之以蜀黍，如西山日落返照而霞蒸。浸以脂膏相半之豚脑；裹以肥腻不二之鸡羹。晨一饱而达暮，腹殷然其雷鸣……”

可见，四百年前的山东煎饼已经诸体皆备、格局阔大。你让我去相信蒲松龄这个老山东的话而去相信网上唇红齿白们的叽叽喳喳，吃饱了撑的！

为什么“卒率茗答”是“煎饼”？原来这是一句突厥语，译成汉语是“前火食并”。两两合并，

新鲜蔬菜和柑橘、柠檬等水果富含营养，可提高人体免疫功能，增强机体的抗病能力。

传统中医学认为，春季养生“当需食补”，但必须根据春天人体阳气逐渐生发的特点，在食疗方面，不要急于求成地超负荷养生，以免适得其反。饮食宜清淡，忌食海腥、油腻食物。俗话说：“白菜豆腐保平安”，这是有一定科学道理的，但也不能一味吃素食，而放弃荤菜。

百草回芽、百病发作。春天也易旧病复发。对身体虚弱的老年人来说，更应引起重视，疫情尚未结束，还是以居家的锻炼为主，让个人的健康多一份保障。

“春三月，此谓发陈，天地俱生，万物以荣”，意思是说，春季是生机盎然的季节。人应适应季节，调养生气，谓之“春气之应，养生之道也”。对老年人来说，春天更应注意饮食的调养。

早春时节，气温仍较低，人体为了御寒要消耗一定的能量，所以人的营养构成应以较高的热量为主，除了谷类，还应选用芝麻、核桃等，并补充优质蛋白质食品如鸡蛋、鱼虾等。

春天，天气由寒转暖，气温变化较大，细菌、病毒等微生物容易侵犯人体，所以在饮食上应摄取足够的维生素。小白菜、油菜、柿子椒、西红柿等

新鲜蔬菜和柑橘、柠檬等水果富含营养，可提高人体免疫功能，增强机体的抗病能力。

传统中医学认为，春季养生“当需食补”，但必须根据春天人体阳气逐渐生发的特点，在食疗方面，不要急于求成地超负荷养生，以免适得其反。饮食宜清淡，忌食海腥、油腻食物。俗话说：“白菜豆腐保平安”，这是有一定科学道理的，但也不能一味吃素食，而放弃荤菜。

百草回芽、百病发作。春天也易旧病复发。对身体虚弱的老年人来说，更应引起重视，疫情尚未结束，还是以居家的锻炼为主，让个人的健康多一份保障。

新鲜蔬菜和柑橘、柠檬等水果富含营养，可提高人体免疫功能，增强机体的抗病能力。

传统中医学认为，春季养生“当需食补”，但必须根据春天人体阳气逐渐生发的特点，在食疗方面，不要急于求成地超负荷养生，以免适得其反。饮食宜清淡，忌食海腥、油腻食物。俗话说：“白菜豆腐保平安”，这是有一定科学道理的，但也不能一味吃素食，而放弃荤菜。



正好组成“煎饼”两字。

这则掌故，虽属游戏，到底也说明当时煎饼具有一定的普及性，否则，那个大臣即使被逼死也说不上来。更重要的是，北齐的国土面积覆盖了河北和山东，让人对于煎饼的“故乡”，有了较大的想象余地。

现在比较明确了，煎饼起源于山东；但煎饼果子也是，便难说了。山东人到天津跑码头，带去正版的“煎饼卷大葱”，偏偏天津是个五方杂处的地方，也许有人觉得“煎饼卷大葱”这个形式虽好，内容实在单调了点儿或寒酸了点儿，于是“偷梁换柱”，改作“果子”（油条），甚至“果篋儿”（一种饼状的油炸薄脆）。

一般人不知，“秀才读书读半边”，恰巧“果子”正是读“果”，歪打正着，“果子”竟成了“原刻”。

有人说，不对呀，山东临沂地区也把“油条”叫做“果子”的，所以，“煎饼果子”的“版权”应归山东。

对此，我深表同情。然而，天津市政府已于2017年

把“煎饼果子”纳入市级非物质文化遗产名录。看来，“山东银”有足够时间与“卫嘴子”较一番劲，可，你早干嘛去了？

山东煎饼在“果子”的名义上落了个下风，实际操作上却能攻城略地，无往而不胜。以上海为例，“山东煎饼果子”相比“天津煎饼果子”，占据了压倒性的优势。

事实上，把山东煎饼简单定义为“煎饼卷大葱”，以及为“跟进”天津“绿豆面糊”而大打“杂粮概念”的牌，是不严肃的。蒲松龄在《煎饼赋》中早就说了：“若易之夜屑，则如秋练之辉腾；杂之以蜀黍，如西山日落返照而霞蒸。浸以脂膏相半之豚脑；裹以肥腻不二之鸡羹。晨一饱而达暮，腹殷然其雷鸣……”

可见，四百年前的山东煎饼已经诸体皆备、格局阔大。你让我去相信蒲松龄这个老山东的话而去相信网上唇红齿白们的叽叽喳喳，吃饱了撑的！

为什么“卒率茗答”是“煎饼”？原来这是一句突厥语，译成汉语是“前火食并”。两两合并，

新鲜蔬菜和柑橘、柠檬等水果富含营养，可提高人体免疫功能，增强机体的抗病能力。

传统中医学认为，春季养生“当需食补”，但必须根据春天人体阳气逐渐生发的特点，在食疗方面，不要急于求成地超负荷养生，以免适得其反。饮食宜清淡，忌食海腥、油腻食物。俗话说：“白菜豆腐保平安”，这是有一定科学道理的，但也不能一味吃素食，而放弃荤菜。

百草回芽、百病发作。春天也易旧病复发。对身体虚弱的老年人来说，更应引起重视，疫情尚未结束，还是以居家的锻炼为主，让个人的健康多一份保障。

新鲜蔬菜和柑橘、柠檬等水果富含营养，可提高人体免疫功能，增强机体的抗病能力。

传统中医学认为，春季养生“当需食补”，但必须根据春天人体阳气逐渐生发的特点，在食疗方面，不要急于求成地超负荷养生，以免适得其反。饮食宜清淡，忌食海腥、油腻食物。俗话说：“白菜豆腐保平安”，这是有一定科学道理的，但也不能一味吃素食，而放弃荤菜。

百草回芽、百病发作。春天也易旧病复发。对身体虚弱的老年人来说，更应引起重视，疫情尚未结束，还是以居家的锻炼为主，让个人的健康多一份保障。

新鲜蔬菜和柑橘、柠檬等水果富含营养，可提高人体免疫功能，增强机体的抗病能力。

传统中医学认为，春季养生“当需食补”，但必须根据春天人体阳气逐渐生发的特点，在食疗方面，不要急于求成地超负荷养生，以免适得其反。饮食宜清淡，忌食海腥、油腻食物。俗话说：“白菜豆腐保平安”，这是有一定科学道理的，但也不能一味吃素食，而放弃荤菜。

百草回芽、百病发作。春天也易旧病复发。对身体虚弱的老年人来说，更应引起重视，疫情尚未结束，还是以居家的锻炼为主，让个人的健康多一份保障。

新鲜蔬菜和柑橘、柠檬等水果富含营养，可提高人体免疫功能，增强机体的抗病能力。

传统中医学认为，春季养生“当需食补”，但必须根据春天人体阳气逐渐生发的特点，在食疗方面，不要急于求成地超负荷养生，以免适得其反。饮食宜清淡，忌食海腥、油腻食物。俗话说：“白菜豆腐保平安”，这是有一定科学道理的，但也不能一味吃素食，而放弃荤菜。

百草回芽、百病发作。春天也易旧病复发。对身体虚弱的老年人来说，更应引起重视，疫情尚未结束，还是以居家的锻炼为主，让个人的健康多一份保障。

七夕会

新鲜蔬菜和柑橘、柠檬等水果富含营养，可提高人体免疫功能，增强机体的抗病能力。

传统中医学认为，春季养生“当需食补”，但必须根据春天人体阳气逐渐生发的特点，在食疗方面，不要急于求成地超负荷养生，以免适得其反。饮食宜清淡，忌食海腥、油腻食物。俗话说：“白菜豆腐保平安”，这是有一定科学道理的，但也不能一味吃素食，而放弃荤菜。

百草回芽、百病发作。春天也易旧病复发。对身体虚弱的老年人来说，更应引起重视，疫情尚未结束，还是以居家的锻炼为主，让个人的健康多一份保障。

新鲜蔬菜和柑橘、柠檬等水果富含营养，可提高人体免疫功能，增强机体的抗病能力。

传统中医学认为，春季养生“当需食补”，但必须根据春天人体阳气逐渐生发的特点，在食疗方面，不要急于求成地超负荷养生，以免适得其反。饮食宜清淡，忌食海腥、油腻食物。俗话说：“白菜豆腐保平安”，这是有一定科学道理的，但也不能一味吃素食，而放弃荤菜。

煎饼果子

西坡

健康