

老手艺 老味道
——义乌百工口述实录

东河肉饼：
薄如宣纸色如珀

我叫张爱珍，1973年出生，城西街道六一村人。我出生在肉饼世家，外婆曾在东河公社饮食公司上班，专门制作东河肉饼、拉面、馄饨等面食，当时肉饼五分钱一个。听说那时凡是县政府有重要客人入住义乌，外婆就会被接到招待所制作肉饼招待客人。母亲从10岁起，就跟着外婆做肉饼。我从小看着她们制作，七八岁就学会了做饼。

真正让我从事肉饼生意，应该从1994年10月开始。当时，金华商城来义乌招商，我花了200元租了一个鞋类摊位，由于市场生意整体比较萧条，几乎无法应付各类开支。这时候，我发现，做生意的人大多喜欢到市场吃早饭，就想到用家传的手艺谋生，便购置了一辆三轮车、一个单芯煤球炉、平锅、面粉等工具和原材料，准备在金华商城门口摆摊流动摊点。

第一天，我准备了10斤面粉。那是个大冬天，气温较低，由于是露天经营，面团冻起来很难拉开拉大，再加上煤球炉是单芯，中间熟边上不熟，急得我心里像十五个吊桶打水一样，七上八下，越急越拉不好，许多肉饼中间拉破，周边厚。幸运的是，金华人并不认识东河肉饼，闻到诱人的香味，大家还是忍不住前来品尝，从早到晚，所有面团销售一空。虽然赚得不多，但心里美滋滋的，这开启我肉饼人生真正意义上的第一次。

1995年下半年，我回到义乌，先在民主路租了一间七八平方米的

小店面，经营早餐，当时肉饼是五角钱一个，每天早餐的营业额有五六十元。2002年，国际商贸城一期开业，我在福田王牌村租了一间店面。每天上午在店里经营早餐，下午两点钟以后，我就拿着新鲜肉饼到国际商贸城叫卖，每天要送两次，一次130个左右，当时肉饼是一元一个。后来，因为国际商贸城周边村庄拆迁改造等原因，我就回到东河村做肉饼生意。

为了做大肉饼业务，我积极与国际商贸城附近的快餐店沟通联络，为他们批发配送。每天早上至少送500个，几乎凌晨1点钟起床，五点半前要送到市场。当时，批发肉饼八九角钱一个，从东河送国际商贸城，路有点远，比较辛苦，但利润比原来开店时还好，因为节省了一大笔租房成本。

现在东河肉饼在全国各地具有一定知名度，能走出义乌，源于城西街道、市妇联、省餐饮协会等连续举办东河肉饼比赛，以及各级报纸电视、自媒体等大力宣传。

我第一次参加东河肉饼比赛是2000年，获得了一个大奖。后来，只要有美食比赛，每次积极参加，几乎次次都有获奖。金华市首届名小吃大奖赛铜奖、金华特色小吃(点心)奖、义乌传统美食大赛特金奖、城西街道东河肉饼技艺大赛第一名、一等奖等各类奖牌，现在墙壁上都挂不下了。

荣获“东河肉饼王”称号是在第六届东河肉饼比赛中。我永远不会



东河肉饼

忘记那天比赛情景，时间是2010年12月25日，地点在何斯路村，参加选手大概有25名。那天早上天气非常冷，零下6度，头天放在比赛现场的桌子像生根似的，根本无法移动，桌面上结着冰，风吹刺骨。选手们把面揉好，摘成一个个面团放在桌面上，等把馅搞好后，面团几乎结成冰团，其中20个人连装馅环节都没做，就放弃了。有两个选手面没有“醒”好，拉不到10厘米，也无法入围。规定时间里，只有三个人完成全部规定程序，而我做了72个东河肉饼，每个饼不少于25厘米，个个金黄滚圆，松脆可口，得到了评委及大众的一致好评，夺得第一名。

后来，我还被餐饮行业协会授予“肉饼大王”“面点大师”等称号，2017年6月30日被评定为二级技师职称。我经营的肉饼店也成为浙江省重点名店、义乌小吃名店、义乌十碗体验店等品牌店，中央电视台、浙江电视台曾多次来我店采访宣传推介东河肉饼。

我还曾将东河肉饼“拉”进美国“总统餐厅”，推向世界大舞台。我现场加工制作表演，当老外们看到一张张薄如宣纸、色如琥珀、油而不腻、色泽光亮、香气四溢的肉饼时，纷纷前来品尝，有的连吃四五个还说不过瘾，对东河肉饼啧啧称奇，伸出大拇指赞不绝口：“OK,very good!”

东河肉饼，看似简单，其实，要做好难度很高，可以说是小吃中最难做的。从和面、搓圆、摘面、包馅、拉扯、煎制，手续烦琐，每一个制作流程都不能马虎，要步步紧扣。

和面之前，要在面粉中加入一定比例的盐，揉成面团。现在我们是批量加工，50斤面粉大约加入1斤盐，一斤面粉半斤水。揉面团是体力活，揉好的面团要搓成手腕粗细的长条，摘成一个个小面团放在大案板上风干，因天气不同，“醒”面时间有长短，我们用手指在其表面上轻轻按一下，感觉有韧性时就可以开始制作肉饼。

一个饼拉得好不好，除了大小、厚薄、圆度，一般直径不少于25厘米，最重要的是饼的边缘一圈360度都可以看出葱和肉。东河肉饼是双层夹肉麦饼，先取出两个表面风干的面团，用手压成一厘米厚的面饼，再取出少许早已准备妥当的葱花或韭菜细肉馅泥，夹在两块面饼中间，随后左右手不间断旋转着、扯拉着。千万注意，馅料里一般不放盐，控制好面团里的盐分，饼的咸淡味道就出来了。

煎制也不是很简单的手艺，如果烤不好，吃起来滋味会相差很远。过去用柴火烧，受热不均匀，掌握火候非常重要，既要煎熟，还要控制老嫩，文火口感软硬，旺火容易焦有苦味。现在，几乎都用电磁平底锅，可以控制温度，先用高温将锅烧烫，再将温度调小，锅内涂上油，如要吃嫩一点，烤的时间短点，如果要吃老一些脆一些，则时间稍长点。

现在人们生活观念在不断变化，东河肉饼的品质也在不断创新中。先说口味上变化。我外婆做饼时，馅料以肥肉为主，形状并不十分讲究，饭碗口那么大小；到了我母亲那时，大多要选肥瘦搭配的五花肉，吃起来更有质感，不十分肥腻；到了我创业初期，基本选前后腿全瘦肉为主，吃起来味道更鲜，我应该是最早以全瘦肉加青葱为食材制作肉饼的摊主；现在增加了牛肉、羊肉、香菇、青菜等多个馅的品种，吃起来更健康；有些客户还会带着自己在家调制好的特殊馅料来找我“私人订制”。再说色彩上变化。我将红萝卜、火龙果、南瓜、青菜、香芹等瓜果蔬菜榨成汁作为辅料添加到面粉上制作东河肉饼，从单一的白色增加了粉色、玫瑰色、黄色、青色，以色彩享受来激发客户食欲。还有，保鲜上变化。东河肉饼虽然像干粮，但保鲜很难，我创新了真空包装，夏日常温下放一周，吃的时候只要热一下，同样可保持新鲜的口感，新疆、黑龙江、内蒙古等边远地区也有人邮寄购买。

为了让东河肉饼传播得更远，让更多的人爱上它，我曾多次到学校上课，让孩子们体验如何制作肉饼，传递东河肉饼的文化意义。同时，打破世世代代“不能外传”的禁锢，只要愿意拜师学艺，我都会毫无保留，倾囊相授。至今，我已经带了几十个徒弟，有省内的，有安徽、江西、贵州等外省的，悟性高自认为学成了，一个星期就可以出师，精益求精的好学者，半年也可。

让我最自豪的是，把原先在杭州健身房上班的儿子何彬洋叫回东河，让他学做肉饼，打理店铺，传承了我的技艺，成为第四代从事东河肉饼制作的接班人。2023年1月，东河肉饼制作技艺还成功入选第六批省级非物质文化遗产代表性项目名录，这不仅仅是东河人的骄傲，也是义乌人的骄傲。

我始终认为，东河肉饼，是用心做的。

口述人：张爱珍，1973年9月出生，城西街道六一村人，第六批浙江省非物质文化遗产项目“义乌东河肉饼制作技艺”代表性传承人。
整理人：市作家协会主席 何恃坚

义乌有味

义乌宝藏菜市场(3)
清明粿



全媒体记者 华青 陈聪/文
华青/摄

每到春天，就会想念一种清新又雅致的糕点——清明粿。虽然每年春天都会吃，但百吃不厌。艾草的清香，与春天的记忆深深联系在一起，让清明粿成为义乌人眼中“最春天”的食物之一。

佛堂下菜市场，应该就是80、90后印象中小时候的菜市场。场地不是很大，但东西齐全。烟火气很浓，大家都很闲散。一进去就会有一种熟悉感，好像摊主里有自己认识的叔叔婶婶，或者拐角就会出现熟人，随时停下来唠嗑。

菜市场大门口第一家摊位就有卖清明粿，清明节前一个月已经开张。粿子有两种，圆圆的里面包的是芝麻和红糖，通过模具按压成型，上面还有宝塔印花，另一种饺子状的是雪菜笋肉馅的。他们家的清明粿，是义乌最传统的那种味道，老板边做边卖，顾客吃到的都是“家里的味道”。

面是韧韧的，艾草纤维隐约可见，一口咬下去，艾草的清香在唇齿间回荡，越嚼越香。甜馅里的芝麻被春碎，香气充分激发，滴满香液，一口上头。而雪菜笋肉，“咸党”表示味道也很不错，更受本地顾客青睐。两种粿子，价格都是1.5元一个。要是想自己动手，还可以买揉好的艾草面团，10块钱一斤，更便宜实惠，可以根据自己的喜好调馅、做造型。

距离清明节还有段时间，但清明粿的生意已经非常不错。“老板，清明粿来一盒。”“多来两个，装满。”“我想这一口好久了，老板你终于开始做啦。”郑小姐是金华人，在佛堂工作，她说这家清明粿有她小时候的味道。“我就是爱吃这种有韧劲的清明粿，软趴趴的那种吃不了的。我家那边的清明粿个头还要大。”据经营户介绍，现在平均一天能卖出两三百个清明粿，遇上周末，生意还要更好些，能卖出五六百个。在这里卖了六年清明粿，好味道是口碑，老熟客都说，他家的清明粿根本不愁卖。

非常出人意料的是，这古早味十足的清明粿，出自一位27岁的男生之手。经营户叫厉良杰，就是下市人。别看身材魁梧，做起精细的手艺活来十分有样。搓条、切块、包馅、成型，小小面团在他手里，三下五除二就变成造型精美的清明粿，动作一气呵成。只见他一边围着围裙缩在摊位里包清明粿，一边招呼生意，十分淡然熟练。遇到新客，他还会细心地指点：“刚包的清明粿，大火水烧开，上锅蒸8分钟，皮像气球一样鼓起来就好。要是冷冻的，直接下锅蒸12分钟，时间不要多，不然皮就没韧性了。”

“我做清明粿6年了，手艺传自我的外婆。”许多人也许无法理解，年纪轻轻的他为什么愿意来做清明粿？厉良杰从前也是个上班族，但

朝九晚五的生活他并不适应，所以最后还是选择回家继承家业。厉良杰淡淡地笑着说：“我更喜欢自由。”

这些年，厉良杰一直坚持用最传统的方法做清明粿。比如，艾草并不是用新鲜采摘的，而是得在前一年先用石灰水腌制，存放到来年再拿出来，洗净石灰水，再用石臼舂碎、捣透，然后才能和按比例调配的糯米粉、粳米粉混合，揉搓至有韧劲、不粘手，这就制成了艾草面团。这样做出来的清明粿颜色更深更翠，艾草的味道也会变得更温柔醇厚，同时又能保留艾草的些许纤维感，让面团变得更有韧性，吃起来更有嚼劲，凑近一闻还有清新的艾草香。

“别着急着包清明粿挺轻松的，前期准备还挺累，要锤一个小时才能把艾草锤透。”厉良杰说，小时候干这个活是全家齐上阵，如今这个重担就落到他一个人身上。“锤好了艾草又要锤芝麻，还得不断调试面团比例，准备馅料，每一步都马虎不得。”

不过厉良杰也不是一味地固守传统。比如过去做清明粿时，要用手把一个个小的艾草面团，捏成小碗状。这个过程不仅考验手艺，也非常费工夫。厉良杰就在网上买到了专门的“压皮神器”，轻松一压就能做出一个“小碗”来。另外，他放弃原本的木质月饼模具，选用了现在比较流行的手压式模具。“原来那种太费劲，要抹很多油。”用上这些模具，包粿的速度大大提升。

好味道就是最好的宣传，除菜市场散客外，附近不少酒店食肆都会找他进货。厉良杰说，清明节临近，全家一起都忙不过来。“多来两个，装满。”“我想这一口好久了，老板你终于开始做啦。”郑小姐是金华人，在佛堂工作，她说这家清明粿有她小时候的味道。

按照市场化思维，这么好的生意应该做大做强，雇帮手请人，扩大产量，没事还可以做直播，网上卖货，微信接单。但厉良杰还是踏踏实实地做着自己的小生意，“忙不过来了，做多了怕味道变化。”

菜市场里，厉良杰的熟人非常多，“都是村里的。”大家走过路过，买或者不买，都会来跟他聊两句，奶奶大妈们还会关一心下他什么时候找对象结婚。“小伙子人可好了，一家人也很勤快，现在有房有车，日子不要太好哦。”

在稠关菜市场，还有这样一家摊位，供应着彩色青团，不仅内馅口味丰富，比如蛋黄肉松馅、豆沙馅、芝麻馅，连外皮都是令人惊艳的水果色。经营户方云英介绍说，这并不算传统意义上的清明粿，因为其中并没有艾草，而是以草莓、芒果、桃子等水果榨汁，掺入糯米粉中制作而成，口感上更加软糯。

“小朋友很喜欢，家长就会买来尝尝鲜。”方云英说，这类清明粿价格也很实惠，1元1个。

年年清明“绿”，岁岁糯飘香。作为江南地区特色美食，清明粿在保留传统口味同时，一直在推陈出新，成为老少皆宜、甜咸兼备的时新小吃。清明粿的时令性非常强，所以知时节的人们，总不会错过这一年一会的美好。

外国留学生走进尚阳 体验中国乡村文旅

全媒体记者 王佳丽 文/摄

本报讯 日前，义乌工商职业技术学院组织外国留学生，开展了主题为“走进千年古村落，感知传统文化美”实践活动。当天，来自俄罗斯、摩洛哥、马里、哥伦比亚、秘鲁、菲律宾等国家的20余名外国留学生走进赤岸镇尚阳村，尽享中国乡村文旅带来的别样体验。

古老的青砖瓦房、沿街林立的商铺、延伸的鹅卵石街路以及大气精美的尚阳大珠灯，无不透露着老街浓郁的历史文化气息。“这也太好看了吧，我要拍照发给妈妈。”“快，帮我拍张照片，把灯拍进去。”在尚阳村党支部书记毛海滨介绍下，在场的外国留学生

感慨着大珠灯的不凡，并纷纷拿起手机与大珠灯合影。

尚阳村共富工坊位于老街上，外国留学生来到此处，了解并体验蒸煮高粱、摊凉拌曲、下缸发酵等酿酒工序，阵阵酒香扑鼻而来，令人沉醉。留学生们还对桌上摆放着的清明粿和红粿好奇不已，他们用筷子夹起一块块清明粿或红粿，细细品尝尚阳人的非遗美食。值得一提的是，鉴于在场部分留学生饮食习惯不同，毛海滨和酒坊工作人员特意为他们打包了一份美食快餐，只需回去后煮熟就能品尝舌尖上的美食。“今天的研学之旅很有意思，我感受到了非常浓厚的中国传统文化，真是太酷了！”来自秘鲁的罗宾用普通话说道。



外国留学生在尚阳大珠灯前合影