



现地开河鱼。

黄河几字弯 开河鲜鱼宴

□王星雅 李卓颖 张普泽

三月春风拂岸，黄河破冰奔流。民间素有“开河鱼赛人参”的美誉，历经一冬冰封滋养的黄河鲜鱼，携着春日最醇厚的滋味奔赴餐桌。近日，“黄河几字弯，天下第一鲜——游响沙、住瓦窑、品开河鱼”乡村文化旅游活动在达拉特旗关碾房大漠民俗村盛大开幕。

活动现场锣鼓喧天、人头攒动。铿锵有力的锣鼓队热场后，文艺演出火热开演。歌舞《不负好春光》舞出春日生机，歌曲《欢聚一堂》唱出邻里温情，器乐合奏《新赛马》以激昂旋律展现草原豪情。演员们用真挚的表演传递对美好生活的礼赞，赢得台下观众阵阵掌声。

文艺表演之外，“非遗”剪纸展览成为游客驻足最多的地方。以黄河鱼为主题的剪纸作品线条灵动、构图精巧，一亮相便吸引众多目光。“我的剪纸作品在保留传统窗花韵味的基础上，深度融入了达拉特本土特色，集中展现了地域文化与风貌。希望借助开河鱼宴活动，让剪纸这项非物质文化遗产真正成为达拉特的文化名片。”鄂尔多斯市级非物质文化遗产代表性传承人李秀峰介绍说。

舞台另一侧，真正的主角刚刚登场——冒着热气的铁锅一字排开，师傅们精心炖煮的黄河开河鱼香气四溢，慢火细炖后鱼肉鲜嫩紧实。鲜香味随风飘散，引得游客纷纷驻足等候。

除了鲜美的开河鱼，地道家乡味同样撩动人心。现炸的油糕金黄酥脆，外酥里糯，现兑的粉汤爽滑鲜香、暖心暖胃。将油糕泡入粉汤，这一经典吃法是几代达拉特人挥之不去的乡愁滋味。“开河鱼宴早已是我们达拉特人刻在心底的文化记忆，再配上一碗热乎乎的粉汤油糕，就是地地道道的家乡味道。”游客栗平说。

“热气腾腾的开河鱼宴，不仅是‘黄河几字弯，天下第一鲜’的生动体现，更是游客到达拉特的体验项目之一。我们希望借此活动，让悠久的黄河文化真正变得可看、可品、可触，让游客不仅亲眼看见黄河风情、亲口尝到鲜美的开河鱼，更能将这份独特的‘达旗味道’带到各地，成为流动的文化记忆，从而让更多人走进达拉特，了解达拉特，爱上达拉特。”达拉特旗文化旅游事业发展中心负责人说。

据了解，本次开河鱼宴是2026年关碾房镇首届乡村文化旅游系列活动之一，整体活动为期3天。

本次开河鱼宴以鱼为媒，串联起黄河岸边的文化传承与达拉特乡村振兴的双重脉络。未来，达拉特旗将以更鲜活的文化实践、更具特色的文旅活动，让黄河几字弯的鲜美与风情从田间地头带向更广阔的天地，书写乡村振兴与文化传承交相辉映的新篇章。



游客参加活动。



文艺表演。



现场剪纸制作。



制作鲜鱼宴。

小杂粮里的一方烟火

□王丽曼

一方水土育一方风物，一碗杂粮藏一方烟火。准格尔旗的梁峁沟壑间，荞麦、黄米、小米等丰富的小杂粮，不仅是镌刻在当地人舌尖上的特色滋味，更在乡村振兴的时代浪潮中，解锁出属于这片黄土大地的发展密码，让“粗粮”变“香粮”，让小杂粮撑起乡村振兴大产业。

在沙圪堵镇民安农贸市场，一家经营了二十年的碗托摊，是准格尔小杂粮美食最鲜活的注脚。简易帐篷下，几张低矮木凳围拢着摊位，刚出锅的荞麦碗托冒着氤氲热气，淡淡的谷物清香漫溢四周，勾着过往食客的脚步。店主付三手持小刀，动作娴熟地将凝脂般细腻的荞麦冻，切成均匀的菱形条状，蒜汤的鲜香与豆腐汤的醇厚依次浇入碗中，一碗地道的准格尔荞麦碗托便呈现在眼前。这道由本地荞麦精制而成的美食，在准格尔旗流传百年，早已超越了食物本身，成为刻在当地人记忆深处的味觉符号，更是外地游客探寻地方特色的必尝美味。

“在市场卖了二十年，一天得用七八斤豆腐，荞麦粉一天也得十五六斤，都是咱们本地出产的好东西。”碗托摊店主付三的话语里，满是对本地杂粮品质的信赖。“口感是真不错！我们专程从包头过来走亲戚，路过就特意来吃这个碗托，满满的地方特色，吃着特别地道。”来自包头的食客钟明直言，这一口杂粮风味，让他记住了准格尔的味道。

这样的碗托摊、碗托店，在老镇沙圪堵随处可见。以本地小杂粮荞麦为原料制作的特色美食，不仅滋养了一代又一代准格人，更带动了特色小产业蓬勃发展，让不少家庭靠着这一碗碗荞麦碗托，走上了稳定增收的致富路。

除了碗托，糕圈更是准格人逢年过节餐桌上不可或缺的“仪式感”美食。将本地黄米淘洗、浸泡、发酵后，揉成圆润团状，放入油锅，外酥里嫩，咬上一口，满是谷物的醇香。“黄米加工要经过淘、洗、泡、发酵等多道工序，再加工成团，这才是咱们准格尔旗独有的特色糕圈。”从事糕圈



加工销售的冯虎雄介绍，如今他通过线上线下融合销售的模式，将准格尔的糕圈卖到了全国各地。“每天直播带货、拍摄短视频，让更多人了解准格尔旗的杂粮美食，各地的订单源源不断，生意越来越好。”

准格尔旗独特的梁峁山区地貌，光照充足、昼夜温差大，为小杂粮生长提供了得天独厚的自然条件，孕育出品质优良的杂粮资源。在全面推进乡村振兴的进程中，沙圪堵镇立足小杂粮种植的悠久历史与生态优势，将小杂粮全产业链发展作为“产业强镇”的关键抓手。通过实施坡耕地改造、有效解决了梁峁山区水土流失、土壤贫瘠、机械化耕种等问题，高质量完成1万亩小杂粮产业园坡改梯工程，同时推进7300亩小杂粮坡改梯项目建设，为小杂粮规模化、标准化种植筑牢基础。如今，当地已探索形成“原料种植—初加工—精深加工—品牌营销”的全产业链发展模式，让曾经的“粗粮”变身市场上的“香饽饽”。

“我们村依托村集体经济，大力发展小杂粮种植，注册了专属品牌，实现了种植、加工、销售一体化发展，2025年村集体经济小杂粮销售收入达到70万元，带动村民共同增收致富。”沙圪堵镇布尔洞沟村党支部书记杨大海的话语，道出了小杂粮产业带来的实实在在的效益。

一粒粒小小的杂粮，承载着准格尔旗的地域特色与人文情怀，更承载着当地百姓的致富梦想。如今，通过不断延伸的产业链条，这些来自田间地头的小杂粮，正走出准格尔旗，走向更广阔的市场，成为准格尔旗特色产业发展的“金名片”，更成为当地百姓稳稳的“致富粮”，在乡村振兴的道路上，书写着属于准格尔旗的“杂粮传奇”。

二月二的吃食

□程广海

二月二炒料豆，这是鲁西南最为盛行的一个风俗。老家炒料豆，有一个讲究，那就是天不亮必须炒出来。小时候，记得二月二这天，我还没起床的时候，奶奶就在厨房里忙活起来。我惦记着料豆，哪有心思睡懒觉啊，早早起床，跑到厨房里，赶紧吃上一把热腾腾的料豆解馋。

奶奶说，小孩子们就要多吃些，因为料豆还叫“蝎子爪”。过了二月二，节气该到惊蛰了，各种虫蝎就要出现了。人吃了“蝎子爪”就可以“镇压毒虫”，不会被毒虫们咬到，有辟邪之说。

老家料豆，大多是咸的。把黄豆用盐水渍泡后，用慢火炒，炒到豆粒发出“爆、爆”的响声时，就可以出锅了。这样的料豆，豆皮炸出裂纹，冒着大豆的香气，嚼起来嘎嘣脆。

现在，炒料豆也有甜的了，不少超市、路边的商贩都有卖，大有压倒咸料豆的趋势。其做法也简单，就是豆粒将要熟时，直接加糖快速翻炒，待糖把料豆包裹严实后，即可出锅。

我不喜欢吃用糖炒的料豆，感觉那样不仅矫情，吃起来还没有料豆原始的味道好。

既然是龙抬头的日子，饮食上的一些讲究必不可少，就必须吃与龙相关的食物，这叫作吃“龙食”。比如：面条叫“龙须面”、水饺叫“龙耳”、春饼则叫“龙鳞”。

二月二这天，一般是早上喝面条。面条，不论是自家的手擀面，还是机制挂面，这一天又都称为“龙须面”，是图讨个好彩头，有“顺顺溜溜、顺心如意”的美好寓意。午饭，一般人要多吃水饺。饺子的形状，有的似元宝，有的似耳朵。龙抬头这天，吃饺子称之为“食龙耳”，这里面的馅子还有讲究，要做到馅中有肉又有菜，取“肉菜”之谐音“有财”，寓意新年财源滚滚之意。

吃春饼是二月二这天不可或缺的重头戏。因为有个春字，又有“龙鳞”的说法，人们还是比较看重的。其实，吃春饼也叫“咬春”，是立春饮食风俗之一，尤以华北、东北地区为甚。立春或二月二吃春饼，都有喜迎开春、祈盼丰收之意。

袁枚的《随园食单》中提到春饼：“薄若蝉翼，大若茶盘，柔腻绝伦。”据说吃了春饼和其中所包的各种蔬菜，会使人们更加勤(芹)劳，生命更加长久(韭)。

立春一过，再飘一场细细春雨，地里的野菜顶着劲往上蹿。有心的人，为做春饼，在二月二头两三天，就跑到地里，寻摸荠菜去了。荠菜多好啊，它不仅是春天里的第一抹绿色，在诸多野菜中，气香味美、口感和味道最佳，是做春饼最好的食材。辛弃疾说：“春入平原荠菜花，新耕雨后落群鸦”，这是多么美的意境啊！春天来临，平原之上恬静而又充满生机，白色的荠菜花开满了田野。所以，放眼望去，或三三两两、或三五成群的妇女们，在田野里寻觅着荠菜的芬芳，把一棵一棵的荠菜放在篮子里，很快就挖满一篮。回来的路上，走进自家的菜园子，再割上一把翠绿的春韭，明天的春饼里，不仅卷着春天，还卷着田野的气息和荠菜的芳香！

二月二这天的吃食，因地域的差异，各地风俗不尽相同。天津一带，人们有吃油炸糕的习俗，称之为“食龙胆”。油炸糕色泽金黄，被称作龙胆是很形象的。江浙沪地区在二月二这天保留着吃“撑腰糕”的习俗，有把腰撑住的寓意，意思是吃了糕，当年里就不会腰酸背痛了。老北京人的习俗，人们总喜在农历二月二买“驴打滚”品尝。黄豆粉面裹豆沙馅儿的驴打滚外形圆润，有“财源滚滚”的吉祥含义。

其实，这些不同的饮食习俗，承载着人们对美好生活的期盼。



中国体育彩票开奖结果

中国体育彩票3月24日开奖结果
七星彩 第26032期
开奖号码: 3 1 6 4 4 5 14
每周二/五/日 21:25开奖

排列3 第26073期
开奖号码: 3 2 5
每天21:25开奖

排列5 第26073期
开奖号码: 3 2 5 0 0
每天21:25开奖