

福山大面

烟台的福山大面是山东传统风味名吃,与兰州拉面、北京炸酱面、山西刀削面并称为中国“四大面食”。

据说福山大面最早是用香油浸泡过的砂陶碗来盛的。明代程敏政在《面食行》诗中写道:“傅家面食天下功,制法来自东山东。美如甘酥色莹雪,一匙入口心神融。”《福山县志》记载,坐落于福山城东门里的“吉升馆”,就是因经营福山大面而出的名。福山大面因其独到特色先后传入北京、天津、上海及大连等城市。

传统的福山大面所用原料系本地“大弓弦麦”,用石磨磨成面粉。大面的制作包括和面、溜条、出条、下锅、开卤等流程,其中溜条包括“丢荡”和“摔打”两种制法。“丢荡”法是将和好的面团运用两臂和腕力,使面团抻长后,再扭、叠、抻,然后出条;“摔打”法是将和好的面团放在案板上反复地摔打,再叠、抻,然后出条。

福山大面历来重视主料、配料、调料的合理使用,既保证了面品的丰盛,又起到平衡膳食、调适胃口的作用,显示出福山大面制作、烹饪的科学性。福山大面作为鲁菜面食中的支柱,对鲁菜的发展起着重要作用。

揣志国

台儿庄战役的“大刀敢死队”

1938年3月,日军进犯台儿庄。3月27日清晨,日军攻破台儿庄北门,中方守备部队31师与日军展开激烈的搏斗,形成拉锯战。27师前后阵地也与日军发生激战。

增援守城部队

当天上午,27师师长黄樵松命令158团3营副营长时尚彬,7连连长王范堂率7、8两个连增援城内守军。时尚彬、王范堂接到命令立即率部投入了反击战斗。由于城内地形复杂,而且敌我双方已交织在一起。8连进城后,遭到日军机枪火力伏击,不到半个时辰,官兵牺牲殆尽。

28日黎明,日军由西北角向西南方向猛攻,攻势十分凶猛,妄图切断城内守军与31师师部的联络(31师主力驻守在台儿庄城内,师部设在运河以南,隔河指挥)。守城指挥部迅速调集部队从两侧组成轻重机枪火力封锁网,封锁日军进攻路线,同时命令王范堂连在正面进行阻击。王范堂率领全连死守不退,经过2天

3夜的激烈战斗,全连官兵130多人仅剩57人。

组建敢死队

31日,为了彻底击退由西北角侵入的日军,王范堂向守备指挥部提出,由其他连队守卫前沿阵地,自己则率领全连尚存的57名官兵,组成敢死队,绕到敌侧,前后夹击,以求全歼入侵之敌。军部、师部批准了王范堂的请战要求,并立即下令:由王范堂担任敢死队队长,连夜出击。158团团长王冠五对王范堂说:“我集中所有迫击炮,猛轰一阵,你们就冲进去!”正在这时,黄樵松师长也来到敢死队队员前,把自己心爱的大刀送给王范堂:“王连长,送给你,狠狠杀敌!”接着他又对57名敢死队员说:“我的好兄弟,你们都是硬汉子,是真正的军人,你们放心吧,每个人的家里后事,我一定安排妥当!”敢死队员们流下了热泪。

31日黄昏,在密集炮火的掩护下,王范堂率领的57名敢死队员,迅速到达了目的地。此时,敢死

队与日军仅一墙之隔。

仅13人生还

敢死队在日军阵地内向日军突然发起猛攻,炮弹在墙内的日军阵地上炸成一片,日军的吆喝声、呻吟声时时传到墙外。为了不失时机地打击缩在西北角的日军,敢死队划分成6个战斗组,分别选择了越墙地点。我军炮击停止后,6个小组同时从掩蔽体内飞驰而出,越过城墙与日军厮杀在一起。敢死队员们见敌人举刀便刺、抬枪就打,一个劲地向前冲。王范堂带着几个战士刚冲进一条坑道,迎面就来了七八个日军。王范堂举枪射击,后边几个战士一拥而上,同时向日军开了火。这七八个日军还未搞清是怎么回事,就做了枪下鬼。

王范堂带一个战斗小组,由中段登上墙堡。突然,一颗流弹飞来,他只觉得脸上一热,一头栽下墙头。两个队员搀扶起他,他一摸头上血流如注,大吼一声:“别管我,杀退鬼子!”两个敢死队员又冲进敌群。

王范堂抡起师长曾用的大刀,砍得日军翻倒了十几个。一群日军又冲了过来,王范堂大声命令7个杀晕头的敢死队员:“趴下、快趴下!手榴弹!”十多颗手榴弹飞向敌群,日军又倒下了一片,王范堂又大声命令:“弟兄们,冲!”敢死队员杀一阵、冲一阵,很快6个小组就推进了二三百米。

王冠五的炮也向纵深打,王范堂的敢死队则向前追杀日军。王范堂冲杀在前,敢死队员照着队长样子,杀开一条血路,整个西北角杀声震天、炮声震天,敌人狼狈逃窜。

经过一个多小时的激烈搏斗,日军丢下60多具尸体,向北狼狈溃逃。偷袭取得了成功,我军夺回了西北阵地。在这次战斗中,王范堂全连57名敢死队队员仅剩13人生还。

敢死队夜袭日军大获成功,清除了攻占台儿庄西北角的日军,保证了台儿庄内外中国抗日军队的联系。战后,王范堂也因战功升任第158团3营营长。

郭珊珊

中医有“膏”招 膏方一年四季均可服用

春夏养阳,秋冬养阴,乃是因时养生的根本之法。顺应四时阴阳变化,固护人体自身正气,正是中医养生的关键。体弱多病的人往往在季节交替时感到不适,或者发病。因而,注意季节交替变化,根据四时阴阳变化和脏腑机能活动特点,有规律地进补各类扶正药物,提高自身正气抗邪的能力。所以,提前服膏方预防疾病也是因时养生的一个重要原则。

春季:宜疏肝理气、调

春季,木气和畅,与肝气的生发疏泄相通应;人们处于温度回升的过渡阶段,常易出现精神倦怠,即所谓“春困”的状态。春季是风证、温毒证、热证及伤食积滞等病证的多发季节。春季膏方拟定,应以益气养阴为主,兼顾肝肺两脏。如气阴两虚型体质

或肺气虚和脾气虚症状明显的患者,宜疏肝理气、调和肺脾。如心肺气虚或因虚而致的过敏性体质患者,宜增进体质、柔肝敛肺。

夏季:应以清热祛湿为主

夏季是一年中阳气最盛的季节,天阳下济,地火上腾,气候炎热。夏季是伤津耗液证、气阴两虚证、暑热证、热毒温毒证、湿证等病证的多发季节。夏季膏方应用要根据夏日炎热的气候特点,选用基本的清暑益气生津的药物,以清除体内的暑热;根据夏季脾胃消化功能差,且易染寒湿秽浊蕴结,致生胃肠病的情况,易配芳香化浊、健脾化湿之品;夏季气候湿热,蚊虫孳生,易患疮疖痱疹等,宜加疏风止痒之品。故夏季膏方拟定,应以清热祛湿为主,

兼顾脾肺两脏。

秋季:润燥养阴,滋养脾肾

秋为“容平”之季,气候由热转凉,阳气渐收,阴气渐长,自然界阴阳变化由“长”到“收”。人体受外界的影响,体阴当相对增加,然机体因暑热伤津尚未恢复,又加秋燥施虐,更伤体津常见脏燥津伤,故此时服用扶正药物,当利于气阴的恢复,注重滋润养阴,忌用耗散阴津之品。秋季膏方调养,应把握以润燥养阴,滋养脾肾,柔肝息风为主的调养原则。秋季膏方拟定,应以轻宣凉燥为主,兼顾肾肺两脏。如阴虚型体质患者,尤应注重防燥伤阴。冬季:助阳散寒、温补脾肾 冬季气候反常昼夜温

差大,则温热类疾病、外感疾病的发病率将大大提高;冬季气温过低时,容易使关节炎、冠心病、心绞痛、急性心肌梗塞、慢性支气管炎、肺气肿、消化性溃疡等疾病发作或加重;冬天日照少,加上户外活动不多,容易心情抑郁,肾病、肾功能不全及肝硬化腹水等疾病容易加重。冬季进补,应注意选用性温助阳之物入肾,既可以鼓舞潜伏之阳气,增强机体抗寒能力,又可以助肾藏精,强身健体,为来年开春的忙碌打下坚实的基础。冬季是阴盛阳弱的季节,膏方中应注意以助阳散寒、温补脾肾、活血行气的药物为主。第一期中医养生体验官招募开始,名额有限,速来报名。为弘扬中医药传统文化,普及和传播中医药健

康养生,东阿阿胶城联合中医专家打造中医养生东阿直通车,带您体验中医的无穷魅力。中医养生体验官除可以参观感受东阿的风土人情,参观全国中医药健康基地外,还可体验心疗、功疗、音疗等带给您更全新的养生体验。更有中医专家与您面对面,为您带来贴心的健康服务。招募范围:年龄在55岁以上,只要您喜爱养生、喜爱中医均可报名。招募人数:50人 报名热线:55715169 66988549 更多内容敬请关注“中医养生体验官专属群”

