

# 腊八至 粥飘香 情意暖

“小孩小孩你别馋，过了腊八就是年。”在岁末凛冽的寒风中，腊八节如约而至。在腊八这一天，很多地方都有着吃腊八粥的习惯，腊八节喝腊八粥的习俗在中国已传承千年，与端午节吃粽子、中秋节吃月饼一样重要。

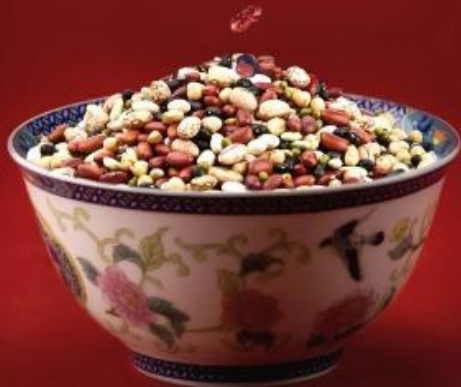
1月5日，记者走进山西毅成酒店管理有限公司旗下文瀛湖食堂，带大家了解腊八粥制作的流程。一进门，一股香气扑面而来，厨房的大锅里正熬制着腊八粥，厨房的案台上已经摆放好了一些做好的腊八粥，一碗碗冒着热气的腊八粥色泽诱人、香气四溢。

“所需的食材有红豆、小米、江米、薏米、大麦、红枣、白糖、红糖和葡萄干等。需要把这些食材提前浸泡，然后把红豆放入锅中开小火熬制，待豆子煮软放入其他食材继续熬制，出锅后加入红糖、白糖、玫瑰等即可。”食堂师傅一边用勺子搅拌粥，一边说。

经过数小时的熬制，一碗碗寓意十全十美、口感软糯香甜的腊八粥就出锅了。

腊八粥不仅是一种美食，更是文化和历史的传承。在寒冷的冬天，一碗热腾腾的腊八粥不仅预示着农历新年的临近，更承载着人们对来年美好生活的祈愿与期盼。

本报记者 杨昱郁 摄影 戎禹仁



▲端上餐桌



▲挑选原料



▲添加辅料



▲淘洗食材



▲浸泡熬制



▲盛装分盒



◀搅拌出锅



▲品尝味道