

我的家乡我推荐

安康烧饼

柯贤会



烧饼 王韬 摄

在陕南安康，烧饼不仅仅是一种食物，更是一段段温暖的记忆，它是安康人生活的一部分，承载着这座城市独特的风土人情。

漫步在安康的大街小巷，烧饼的香气总是如影随形。卖烧饼的摊位，或隐匿在古旧的小巷，或出现在热闹的集市。摊主们多是朴实憨厚的模样，手脚麻利地制作着烧饼。他们的双手布满老茧，却能像变魔术一般，将一团团平凡的面团，变成一个个美味的烧饼。

安康烧饼的制作大有讲究。面粉是制作烧饼的灵魂，要选用优质的中筋面粉，这样做出

的烧饼口感劲道，麦香浓郁。和面时，酵母、植物油、温水等配料的比例必须拿捏精准，酵母让面团发酵，赋予烧饼松软的口感，植物油则使烧饼外皮更加香酥，温水慢慢融入面粉，激活酵母的同时，调节着面团的湿度，让每一粒面粉都充分吸收水分，变得柔软而有韧性。和面的过程中，师傅们反复揉搓，达到面光、手光、盆光的“三光”境界，这才算是初步完成。

发酵好的面团被分成一个个小剂子，擀成薄片，刷上植物油，撒上盐、糖、五香粉等调料，这些调料在面片中均匀分布，每一层都蕴含着独特的风味。接着，面片被卷起来，盘成圆形，轻轻按压成饼坯。这看似简单的动作，实则考验着师傅的技巧，力度和手法稍有偏差，都会影响烧饼的层次和口感。

烘烤是制作安康烧饼的关键环节。以前传统的吊釜是制作烧饼的利器，吊釜造型独特，底部是个中心稍凸的大圆盘，盘下有支架，可放置柴炭加热，顶部的釜盖边缘加高，里面也能放置木炭。在熊熊炭火的烘烤下，师傅熟练

竹笋炒腊肉

苟玉玲



竹笋炒腊肉

漩渦鎮，一個宛如世外桃源般的地方，這裡不僅有層層疊疊、美如畫卷的梯田，還有那令人難以忘懷、獨具風味的美食——竹筍炒臘肉。

當春日的暖陽溫柔地灑在这片土地，山間的竹筍便像是被大自然按下了生長開關，一個個迫不及待地破土而出。漩渦鎮的竹筍，吸收着山間的清新空氣、甘甜的雨露，口感格外鮮嫩，輕輕咬上一口，那股子脆嫩勁兒瞬間在齒間散開，

還帶着丝丝清甜，仿佛把整个春天都吃进了嘴里。

搭配竹笋的腊肉，更是漩渦鎮的招牌美食。這裡的腊肉沿襲了傳統的腌制工藝，選用本地農家自養土豬的新鮮肉品，經過嚴格挑選，只用肉質最為鮮嫩的部位。在漩渦鎮，大多數村民依然維持着自給自足的生活模式，家中的家禽足以滿足自家的日常食用需求。他們飼養的家豬以山野間的蔬菜和野草為食，因此肉質更為特別。

腌制時，將鹽、花椒、八角等香料細細研磨，均勻地塗抹在豬肉上，然後將其懸挂於通風透氣的屋內，再輔以山上野生的側柏樹葉慢慢烟熏，讓肉質在時間的沉淀中慢慢變得緊實而富有嚼勁。側柏葉散發出的獨特香氣，不僅為腊肉增添了一抹山野的清新，更讓整道菜肴的味道層次更加豐富。在烟熏的過程中，側柏葉中的天然香氣緩緩滲透進腊肉的肌理，使得腊肉在烹飪時能夠釋放出一種難以言喻的美味。當這股香氣與竹筍

寻幽二凤山

陈静华

“莫道仙踪无处觅，且看双凤栖人间。”在这秦巴山脉的褶皱里，总有些许未被现代吞噬的古老诗意，静待有缘人踏露而来。

正午时分，白河县冷水镇笼罩在耀眼灼热的日光中。穿过一道道开满油菜花的石坎子梯田和各色花海，沿着蜿蜒山道攀缘而上，迎面便是遮天蔽日的峭拔山峰。白河老乡说那就是二凤山，原名二峰山，主峰海拔约900米，山名“二凤”源于其独特的地貌——双峰并立，状如两只凤凰欲飞，故得“双凤栖山”之美誉，后简化为“二凤山”。

爬到山顶上，只见崖边立着一块黄龙玉色的磐石，上面凿刻着三个红色大字：“二凤山”，笔锋遒劲如刀劈斧削。白河朋友告诉我，脚下站着的是“二凤（峰）”，对面能看见飞檐翘角的山峰是“一凤（峰）”。

远眺那道中间隔着幽深山谷的山峰，神秘而秀丽，于是我们向对面的一凤峰进发，决定去探访那块人迹罕至的山峰。穿过松林，下到半山腰上，再迂回往上爬。一阵微风拂面而来，松涛阵阵，顿生凉意，野李花的浓郁、松柏和各种野花的清香扑鼻而来，让人不禁想到“龙吟凤哢”这个词。

沿着山路继续前行，泥土路渐渐被青苔斑驳的石阶取代。翻过几道沟，扶着大石屋，一路小心翼翼，跌跌撞撞总算接近主峰了。石缝间钻出的蕨类植物翠色欲流，白色的绣线菊在道旁摇曳生姿，像一串串晶莹珠帘。拨开挡路的翠绿藤蔓和粉白野山樱，露出一个隧道状的山洞，山洞高约3米，宽约5



远眺一凤峰

米，里面杂乱摆放着一些石块、木板和灶具，像有人住过的痕迹，同行的记者朋友用手机手电筒照着，仔细勘察起来。

退出山洞，山路更加艰险，道旁都是整块

地将饼坯放入吊釜，釜盖上的炭火与底部的炭火相互呼应，让饼坯均匀受热。不多时，芝麻粒在高温的作用下发出“蹦蹦”的声响，饼坯渐渐鼓起，变成金黄亮色，诱人的香味也随之飘散开来。如今，随着时代的发展，燃气烤箱、电饼铛等新器具逐渐取代了吊釜，但老手艺人依然坚守着传统的制作工艺，让安康烧饼的味道得以传承。

安康烧饼的种类繁多，令人眼花缭乱。芝麻烧饼是最为常见的一种，表面密密麻麻地裹满了白芝麻，烤至金黄后，咬上一口，酥皮和芝麻簌簌掉落，必须用手接住，再一把送入口中，麦香、芝麻香、炉火烤制的焦香完美融合，层次分明又相得益彰。牛舌头烧饼形似牛舌，细长而扁平，口感外酥里软，吃起来嚼劲十足。炕炕馍则是小巧玲珑，一口一个，香酥可口，无论是当作零食还是早餐，都别有一番风味。还有糖心烧饼，内馅是香甜的糖，加热后糖融化，咬下去瞬间感受到甜蜜爆浆，给味蕾带来别样的惊喜。

在安康人的生活里，烧饼扮演着不可或缺的角色。早餐时，一盘热气腾腾的蒸面，配上一个刚出炉的烧饼，便是一顿令人满足的早餐。蒸面的爽滑劲道，搭配烧饼的酥脆，一口面，一口饼，再喝上一口酸辣的汤汁，让人精神抖擞地开启新的一天。若是出门旅行、办事，烧饼更是必备的干粮，它携带方便，耐储存，饿了的时候，从包里拿出一个，就着腌菜、油泼辣子或者豆腐乳，简单又美味。

安康烧饼，用最质朴的食材，最传统的工艺，为人们带来最纯粹的美味。它是安康人生活的慰藉，是游子心中的牵挂，也是这座城市最温暖的味道。

的清新脆嫩相遇，两者在锅中交织出一种令人陶醉的香味，仿佛将人直接带入了那片郁郁葱葱的山林之中，感受着大自然的馈赠与恩赐。

烟熏好的腊肉不仅色泽诱人，香气扑鼻，更是承载着漩渦人民对传统美食的坚守与传承。每当春风拂过，腊肉与竹笋的香气交织在一起，便构成了漩渦镇独有的山野诱惑。每一块腊肉肥瘦相间得恰到好处，肥的部分晶莹剔透，入口即化；瘦的部分嚼劲十足，唇齿留香，那是一种岁月沉淀下来的独特风味，让人回味无穷。

当竹笋与腊肉在锅中相遇，一场奇妙的味觉盛宴就此开启。先将腊肉放入锅中，小火慢煎，随着油温的升高，腊肉的油脂开始滋滋地冒出来，那浓郁的腊香味便弥漫在整个屋子里，勾得人馋虫直冒；接着加入鲜嫩的竹笋一起翻炒，在高温的作用下，竹笋充分吸收了腊肉的油脂和香味，原本清爽的口感多了几分醇厚；再撒上一把翠绿的蒜苗和鲜红的辣椒，红、绿、棕相互映衬，光是看着就让人垂涎欲滴。

夹起一筷子竹笋炒腊肉放入口中，首先感受到的是竹笋的脆嫩爽口，“嘎吱嘎吱”的声响仿佛是春天奏响的美妙乐章。紧接着，腊肉的醇厚香味汹涌袭来，那浓郁的咸香瞬间在口腔中散开，与竹笋的清甜完美交融，层次丰富得让人陶醉。每一口都充满了山野的清新与烟火的温暖，一口接一口，令人难以抗拒，一碗又一碗的米饭就着竹笋炒腊肉轻松下肚。

来漩渦鎮，亲自品尝这道令人欲罢不能的竹笋炒腊肉，让它成为你旅途中一段难以忘怀的舌尖记忆。

的磐石，或卧或立。踩着高低不平、杂草丛生的羊肠小径进入山林，朝着那片云雾缭绕的山峰爬去。

转过鹰嘴崖的刹那，一座刀削般的山峰刺破云海，恰似凤凰引颈长鸣。正惊叹时，峰回路转，露出山脊上蜿蜒的“龙脊栈道”，黑色的电缆线和青色铁链悬在山崖之上，每一步都踏得惊心动魄。

峭壁之上，是一座正在修建的观景台，亭子虽不大，但是飞檐翘角，白墙黛瓦，矗立在山顶，也显得颇为伟岸。站在观景台上俯瞰山谷，任山风拂面，顿觉神清气爽，油然而生一种“一览众山小”的自豪。

告别这藏在深山人未识的二凤山时，山路九曲回肠裹满山色。车轮碾过泥土，转过一道道山梁，清爽的山风扑面而来。冷水镇二凤山，足以让你流连忘返。让人陶醉的不只是二凤山的绮丽风光，还有那车厘子园的水墨丹青、大山褶皱般的“三苦”梯田和全家村的大山养鸡场。难忘车厘子园中那泛着胭脂晕的花瓣，更难忘那石坎坎梯田里金石裂帛的跑山鸡啼声。那些食野草、饮山泉的歌者在崖畔树上的金鸡独立，似乎比城里瑜伽馆的学员更具有天人合一的禅意。

傍晚，返程的车灯刺破春夜，后视镜里的山影渐行渐远。回首那些在峭壁上的紫藤花，梯田里酝酿豆荚的油菜花，养殖场中金鸡独立的舞者，不禁心生敬佩。他们和白河人一起，把山魂凝成了这盎然的春意。

刘世元：

灯火可亲人可敬

通讯员 熊秘 思纯



刘世元(右)

石泉的老城社区即石泉明清古街区AAAA级景区所在地。如果说老城社区是一个大家庭，那身为老城社区党支部书记兼任居委会主任的刘世元，就像一个“工作在景区，出门即闹市”的“大管家”。而当街区霓虹亮起，烟火升腾人声鼎沸，看着这里平安繁荣的景象，面对一张张幸福而悠闲的面庞，又深切感知他不仅仅是“大管家”。

几年前，当“国家AAAA级景区”的牌匾挂上老街门楼时，老街的个体商铺如雨后春笋般涌现，景区热闹了，社区要跟进的事多了几倍——街巷自建房年久失修、线路老化、道路昏暗、排水管网堵塞、环境卫生差、新能源车充电难等等，各种矛盾问题蜂拥而至。那时，刘世元听到的不仅仅是群众的掌声，还有此起彼伏的抱怨：“刘书记，游客又把文昌路堵死了，我们本地居民的车出不去！”“刘代表，老街的充电桩不够用啊，你协调一下！”“老刘，我家屋檐又漏水了，你来帮我看看！”那些日子，刘世元像踩着风火轮——清晨帮独居老人修烟感报警器，晌午协调充电桩车位，深夜蹲在泛着馊味的排水沟帮助清理堵塞物。一个暴雨夜，70岁的独居老人张大妈家突然断电，刘世元带着社区党员上门检修时，张大妈一边颤巍巍地打着手电筒在旁边照亮，一边说：“元娃子啊，这老街的灯，得有人守着不灭啊！”刘世元望着黑夜中的光束，笑着安慰大妈：“有我呢，你放心。”大妈郑重地嘱托：“那我信你！从今往后，你就是我们老街的掌灯人。”

从2022年乡村旅游热开始，到石泉老城旅游的游客成倍增多。2023年清明假期，游客小李捧着肚子找到刘世元：“刘代表，我们吃了摊贩的炸串上吐下泻。”看着他手机

黄祖伟：

以匠心践初心

通讯员 钱运立 杨柯鑫



黄祖伟(右)

在安康城市建设的征程中，市市政园林处黄祖伟用二十余载时光诠释责任担当，以“匠心筑路、初心为民”的信念，成为群众心中“守护城市安全的贴心人”。

2003年，黄祖伟投身市政事业。从技术员到高级工程师，他始终以“学生”的姿态虚心学习，他白天泡工地学实操，夜晚啃图纸研规范。任职期间，他参与管理沪康大道、赵台路等20余个重点项目，多项获评优良工程。沪康大道建设中，他创新采用“雨污管网反开挖预埋技术”，将地下管网施工周期从3个月压缩至60天，还引入“海绵城市”理念设置生态渗水池。金州路改造时，面对老旧小区多、管线复杂难题，他建立“三维地下管线模型”，实现“零事故”施工并提前20天竣工，助力安康成为省级试点城市。2025年，他主导的安康博物馆山体生态修复项目，用“立体绿化”让1.28万平方米裸露山体变身“城市绿肺”，悬空观景台成网红打卡点。“荣誉是责任的加码，不是进步的终点。”面对先后获得的“先进工作者”“优秀共产党员”等10余

里发黑的油锅照片，刘世元眉头紧锁。熟悉刘世元的老城社区居民都知道他是连续多年的市人大代表，平常看到一些社会问题或者社区居民有解决不了的疑难杂事都会来找他商讨对策。所以，有街区游客来找他反映问题也是常事。次日清晨五时，刘世元独自一人前往街区的早点摊进行观察记录：发现天津大麻花冷藏箱上积有未清洗的污渍，炸串竹签被反复使用，而老面馒头则完全暴露，没有任何遮盖……在半个月的时间里，他搜集了超过50家摊贩的数据，并及时在人民代表大会上提交了《关于加强食品安全和流动商贩管理的建议》。不久之后，无证经营食品的行为迅速得到了控制。当首批“笑脸食品安全牌”被挂上摊位时，卖凉粉的王大婶偷偷地擦去眼泪：“以前我们的摊位总是不稳定，现在我们也成了正规军。”现在，每当黄昏来临，看到游客们举着糖葫芦在灯笼下自拍留念时，刘世元感到非常欣慰。

近两年，刘世元想方设法协调多个单位部门，将明清老宅改造成品茶的“歇脚驿站”，将老城社区12处危房加固改造成居民创收的文创小店……老城社区在他的带领下，居民邻里之间更加团结了，人大代表、社区党员纷纷成了各个居民小组协调解决社区疑难问题的主心骨，小商铺小饭店也一天比一天地繁荣，石泉老城古街区的文旅成了省市文旅发展的翘楚。但那年暴雨夜张大妈的话刘世元时刻谨记，要做好掌灯人的信念像那夜的雨始终敲打在他的心上——守护百姓，既要照亮屋檐，也要温暖肠胃。

常有人问刘世元：“天天处理鸡毛蒜皮的事，不累吗？”刘世元听到总会陷入短暂的沉默，他想起小巷里孟家父子摒弃前嫌重新握手拥抱的笑脸，想起住上安全房用上安全电的老陈那张老泪纵横的脸——对于陷入困境中的群众来说，哪有什么鸡毛蒜皮！这就是他们重要的生活日常啊！

平日的工作中，刘世元的兜里总会装着三样“法宝”：记录民情的笔记本，调解纠纷时用的老花镜，还有那本红彤彤的代表证。正是这三样“法宝”提醒着他：人民代表的代表证不是镀金的招牌，它是老街青石板 and 街巷里磨出来的承诺；社区党支部书记也不仅仅是一个大管家，更是暮色降临时万家灯火的守护者。

项荣誉，黄祖伟对工作有了更深刻的认识。

防汛抢险时，黄祖伟冲锋在前。2021年主汛期，安康遭遇两轮超警戒洪水，他连续37天驻守一线。8月22日暴雨夜，巴山路积水50厘米，他带队在能见度不足5米的情况下，徒手摸排堵塞的排水井盖，手掌被划伤仍坚持6小时疏通积水，膝盖因浸泡患上滑膜炎。9月28日，汉江洪水倒灌东坝片区，他带领20名党员突击队，在停电缺设备时采用“人工作业+机械抽排”，他与同事抬着80公斤的发电机徒步2公里，高血压顾不上吃药的他脸色煞白，却硬撑着直到3万立方米废水抽干，淤泥清出“大马路”。

在市政园林管护与安全生产领域，黄祖伟是“革新派”。他制定管护细则与考核办法，将28项工作细化为120条标准；推行“隐患排查网格化”，年均整改隐患千余处；引入“市政设施一键报修系统”，实现问题2小时响应、4小时修复的闭环管理。同时，他组建“青年党员攻坚突击队”，通过项目实战培养骨干，撰写的论文成为年轻工程师的学习资料。

“市政工程不是冷冰冰的钢筋水泥，而是连接民心的桥梁。”黄祖伟始终践行这一理念。兴安路改造时，他走访200余户居民，将全封闭施工改为分段错峰作业，设置便民通道，获居民称赞。他设立的“市政便民服务日”，每月走进社区解决井盖破损等问题。2023年，居民反映翠屏路边坡植被遮挡视线，他3天内完成修剪并加装警示桩。

二十余载坚守，黄祖伟用行动证明：把平凡做到极致就是不凡，把群众小事放在心上就是初心。他是扎根一线的“老黄牛”，是创新求变的“急先锋”，也是心系群众的“贴心人”，更是新时代共产党员担当作为的生动写照。