

文化中国行 安康风物

大山里的美食——

神仙豆腐

通讯员 马洪玉 但汉宁 马安妮

在第二届巴山汉水“陕西村BA”体旅促商贸活动展销摊位区域，有一商户推出可以免费品尝的特色美食，其独特的口感和健康的品质成了观众们在观赛之余的美味选择。该美食就是省级非遗美食——岚皋神仙豆腐。

美食展销期间，神仙豆腐摊位前顾客络绎不绝，有着“神仙姐姐”之称的摊主李文凤为顾客现场调制凉拌神仙豆腐，她一边将酸辣爽口的料汁淋在神仙豆腐上，一边为顾客讲解神仙豆腐的制作方法和消暑功效。顾客们在品尝和了解一番之后，竞相购买神仙豆腐系列产品。

位于陕西南部、巴山北麓的岚皋县，森林覆盖率达80.22%，丰富的森林资源为野生动植物提供了良好的生存环境。正所谓“靠山吃山，靠水吃水”。生活在大山里的人们每到夏季都会上山采摘一种新鲜的树叶制作清爽可口的神仙豆腐。

初夏时节，草木葳蕤。家住岚皋县民主镇马安村一组的村民李文凤，一大早便同家人们一道上山采摘制作神仙豆腐所用的食材神仙树叶。

“野生神仙树在我们陕南分布还是比较多，现在这个季节，它的果胶浓度刚刚好，制作神仙豆腐的口感、色泽都是最佳的。”李文凤介绍。

这种被当地人称作神仙树的植物学名叫二翅六道木，是一种落叶灌木，一般生长在海拔950—1000米的路边灌丛、溪边林下等地，其叶面光滑细嫩，有一股独特的香味。

“它枝条比较脆，一碰就会断，尽量不要把枝条给弄掉了。它会开白色的小花，果子成熟后是紫色的、甜甜的，我们可以把它做

成饮料或者酒。”李文凤说。

把新鲜的神仙树叶采摘回来，趁着清洗晾晒的空档，李文凤就开始准备制作神仙豆腐必不可少的原料草木灰。由于柏树有一种特殊的香味，当地人都习惯用它来烧制草木灰。

烧制好的草木灰加水过滤掉杂质后备用，将晾干的神仙树叶放入木桶中，加入适量的开水进行搅拌。

“这是我们古老的做法，用草木灰化成水兑到神仙树叶的汁水里会使它凝固，神仙豆腐的口感会更好、颜色也更翠绿。”李文凤说。

叶片中的果胶经过高温会转化为胶状物质，经过反复揉搓过滤出汁液呈现出翠绿色，再加入适量草木灰水搅均放置在阴凉处冷却凝固。两小时后，一盆绿若翡翠、细软柔嫩、状如凝脂的墨绿色豆腐已然成形。

“凝固好了我们就切成条放碗里，然后加点酸水、蒜末、酸辣子、盐，调在神仙豆腐里面，这样一道美味的神仙豆腐就做好了。”李文凤说。

一方水土养一方人，对于地处秦巴腹地的岚皋人来说，一盘清爽可口的神仙豆腐，是消暑降温的必备美食，更是在自然馈赠里传递着家乡的风味与民俗。

“一到这个季节，神仙豆腐是我们餐桌上必不可少的一道凉菜，这是原生态的、健康绿色的食品，也是大自然的馈赠。对于我们来说，制作传承神仙豆腐，是对家乡的一种情怀，也是对儿时的一种回忆，我也希望能有更多的人品尝到岚皋特色美食——神仙豆腐。”李文凤说。



平凡的绽放

开栏语：近年来，我市深入推进崇德向善幸福安康建设，实施孝义善举培育工程，积极培树先进典型，凝聚全社会向上向善的强大力量。一个个“安康好人”的动人事迹，演绎出新时代安康文明新风尚。即日起，本报开设“平凡的绽放”专栏，对40名2024年“安康好人”的先进事迹予以刊发，引导广大干部群众自觉弘扬孝义美德，为全市经济社会发展提供精神动力和道德滋养。

胸怀人间大爱



(助人为乐类——李新康)

李新康，男，38岁，汉滨区坝河镇人，2008年参加工作，任职于中铁北京工程局机场工程分公司。他走上工作岗位后，一直心怀对家乡的热爱，为家乡的发展进步和公益事业做出了让人感动的坚守。2022年4月7日，坝河镇九年制学校举行了一场温暖的爱心捐赠仪式，从坝河走出去的好心人李新康回到家乡，把大家爱心捐赠的学习用品赠送给学校学生。这只是一个小小的爱心场景，从2015年开始，李新康便与爱心助学结下了不解之缘。他牵头在各个微信群里发布助学公益计划，吸引了坝河本地及外界很多好心人参与，并定期统计、公布募集数额，完成公益活动任务后及时把募集的助学款交到资助对象手中，还形成了公益募捐报告，及时向爱心人士公布，极大地推动了公益理念的传播。正是他的爱心传递，他曾帮扶过的学生陈定英、唐明

芳、柯贤锋克服困难，努力学习，顺利毕业，并加入到爱心队伍中，省吃俭用为其他贫困生捐助钱物。据不完全统计，连续2年来，在他组织发起的民间公益助学等活动中，帮助5名贫困大学生就读大学，资助3名大学生完成了学业，各类公益活动累积募捐超过45万余元。李新康创新网络空间宣传方式，先后推广“美丽的坝河小镇”“陕西微公益”“坝河公益”等微信群，开通《美丽的坝河小镇》微信公众号和视频号，开设了《坝河视角》抖音号、视频号、头条号、新浪认证微博等自媒体，通过网络平台转发各种宣传家乡的文章、摄影、视频等，公益宣传家乡的风土人情、乡村文化，让更多人了解坝河、关注坝河，提高了坝河的知名度。策划了“坝河人在他乡”微信群，从转载文章、关注他们的进步、传导坝河镇党委政府的温暖等多方位工作，温暖在外打拼闯荡的坝河人，引起他们对家乡的关心、感恩。同时，他还在微信群为大家提供免费咨询，推送反诈宣传、安全常识等。在多家媒体和网络宣传美丽的坝河小镇，吸引了不少摄影爱好者、网红、户外团队到坝河采风、垂钓、徒步、骑行、自驾游，受到社会各界广泛关注和肯定。网上点赞好评不断，很多人赞誉他是“坝河的公益宣传员，坝河的好心人。”



(助人为乐类——郑时根)

汉江边的生命守护者

郑时根，男，1978年1月出生，汉滨区纪委监委干部、三级主任科员。先后荣获第一届安康市见义勇为模范、第五届汉滨区道德模范、汉滨区巡察工作先进个人等称号。2021年8月6日早上7点半，郑时根骑着自行车去上班，行至汉江大桥中间时，突然发现桥中间围着一群人，郑时根上前一看，原来是一名红衣女子正哭着要跳桥，半个身子已经探出桥面。当时女子情绪非常激动，随时都有可能从桥上跳下去，郑时根立即冲上去一边拽着这位女士的胳膊一边安慰她，该女士情绪更加激动，他迅速将该女子拽回到桥面。此时他没有着急离开现场，立即拨打了110，请求警察前来帮助。但该女子此时情绪非常激动，试图挣脱众人再次跳桥，他努力稳住住女子，在公安民警和妻子的丈夫到场后，才离开现场。一天，郑时根下班后和同事在市国税局附近锻炼身体，突然看见汉江边停放着几辆消防救援车，原来是一名老人因迷路不小心失足从山崖上坠落滚入江边的灌木丛中，因汛期水流较大，情况非常危急。他立即在场的公安民警、消防队员商议救援方案，并协助救援人员成功将老人安全营救。自2016年，郑时根参加安康市汉滨区汉江志愿者救生队以来，每年在夏季利用业余时间志愿进社区、进学校为中小学及社区群众开展防溺水安全知识宣讲活动，通过播放安全专题片，发放防溺水倡议书，并且以典型事故案例剖析、救援措施传授等方式为中小学及家长普及防溺水安全知识。仅2024年入夏以来，共开展防溺水宣讲19场次。自加入救生队以来，该同志共开展义务宣讲50余场次，深受同学们和群众的一致好评。同时，该同志在救生队党支部的带领下，积极参与河道及岸边垃圾杂物清扫，及时劝阻水边不文明行为，和救生队队员一起捐款、奉献爱心。郑时根秉承“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神，在工作之余，不仅积极参与自然灾害、水上事故抢险等义务救援活动，而且还开展水上安全知识和法治宣传活动，积极开展救生队开展的各类社会公益活动。(稿件来源：中共汉滨区委精神文明建设办公室)

造安全稳定的社会环境。积极践行新时代“枫桥经验”，坚持突出“源头治理，重点稳控”思路，着力防范化解风险隐患，强化重点人员、公共安全、社会环境等方面管控，从严从细从实做好防风险、保稳定各项工作，防范遏制各类矛盾纠纷。同时，深入走访开展民情民意收集活动，倾听群众心声，切实维护群众合法权益，增强群众对平安建设建设的认同感、归属感和责任感。

汉滨区科协连续四年获评优秀

本报讯(通讯员 李锦贤)陕西省科学技术协会日前下发《关于陕西省第三十二届“科技之春”宣传月活动情况的通报》，汉滨区科协获评优秀组织单位，也是自2021年以来连续4年获得该项荣誉。汉滨区第三十二届“科技之春”宣传月活动期间动员各成员单位、各镇(街道)面向农民、青少年、产业工人、老年人、领导干部及公务员“五大重点人群”广泛开展智能技术、健康生活、节约资源、保护环境、节能降耗、安全

生产、防灾减灾、食品安全等方面的教育和培训，重点围绕“科技赋能乡村振兴”开展农业产业升级服务、农业科技成果转化和推广、农业科技普及和农民科学素质提升等工作，实施科技助力乡村振兴。期间，汉滨区科协充分发挥活动组委会办公室牵头抓总、示范引领作用，做到及早谋划、营造氛围、迅速行动，各项科普活动覆盖人群广泛、科普成效显著。汉滨区科协多次组织召开机关会议研究部署“科技之春”宣传月

工作，对各项重点工作任务进行着重安排和协调分工。利用线上业务工作群，对各镇(街道)、相关单位开展“科技之春”宣传月活动进行指导和督促。组织相关部门及科技工作者开展第三十二届“科技之春”启动仪式暨系列科普宣讲活动；联合区教体局举行汉滨区青少年科学素养提升行动启动仪式暨校园科技节观摩活动；市区一体开展蚕桑产业发展专项科技服务活动，促进科技赋能乡村产业振兴。

熨斗镇凝聚合力加强平安建设

本报讯(通讯员 王贤卓)为深入开展平安建设工作，充分调动广大群众参与平安建设的积极性，石泉县熨斗镇全员发动、精准施策，采取有力措施，守护一方百姓安居乐业，提升群众的幸福感、安全感和满意度。该镇坚持以宣传为重点，着力提升平安建设的“热度”，镇综治办联合派出所、司法所、市场监管所，利用新时代文明实践站、中小学、幼儿园、法治文化广

场等阵地，通过发放宣传资料、现场讲解、横幅、入户宣传、院坝会等多种形式开展宣传活动，多角度扩大法治宣传面，让平安建设工作深入人心。为全力打造和谐稳定的社会环境，该镇强力推进扫黑除恶专项斗争常态化，与驻镇单位、辖区学校积极联动，把打击黑恶势力违法犯罪与加强基层治理体系结合起来，持续加大涉黑涉恶线索摸排、核查力度，为全镇创

造安全稳定的社会环境。积极践行新时代“枫桥经验”，坚持突出“源头治理，重点稳控”思路，着力防范化解风险隐患，强化重点人员、公共安全、社会环境等方面管控，从严从细从实做好防风险、保稳定各项工作，防范遏制各类矛盾纠纷。同时，深入走访开展民情民意收集活动，倾听群众心声，切实维护群众合法权益，增强群众对平安建设建设的认同感、归属感和责任感。

八仙镇多措并举倡树文明新风

本报讯(通讯员 唐露露)今年以来，平利县八仙镇通过评选先进典型、宣讲孝义善举、开展志愿服务等措施，推进移风易俗、弘扬孝义新风取得明显成效。“能够评选上‘好媳妇’，我觉得很荣幸，我一定继续孝敬婆婆，对得起这份荣誉。”拿着村上颁发的荣誉证书，印春梅高兴地说。松树庙村此次“善行义举榜”以孝义为主题立榜，一致评选

印春梅为孝老爱亲先进典型，村民一致认可，交口称赞。“我们村每季度召开道德评议会，评选‘好婆婆’‘好媳妇’‘道德模范’等先进典型，并广泛宣传，让孝义善举深入人心，崇德向上成风俗。”该村党支部书记夏兵说。近日，该镇以敬老月为契机，开展慰问帮扶志愿服务活动，为辖区留守老人提供爱心义诊、义剪、便民服务代

办、人居环境整治等敬老爱老志愿服务，结合戏曲下乡，开展电信诈骗等主题宣传，让留守老人困有所帮、难有所解。该镇还积极开展移风易俗宣讲活动，镇村干部、志愿者通过发放倡议书、入户走访、院落会等多种方式，开展孝义文化宣传，倡导文明健康的生活方式，在全镇营造崇尚文明新风尚的良好氛围。

高桥镇举办老人长寿宴

本报讯(通讯员 朱烁旭)为进一步外延“村民乐”社会治理品牌，推动“孝义善举”工程纵深开展，10月16日，紫阳县高桥镇裴坝村举办“村民乐”之“爱满金秋 孝义善举”老人长寿宴，200余名70岁以上的老人参加活动。本次活动涵盖健康义诊、修脚足浴、

文艺汇演、趣味游戏、长寿宴等环节，活动形式多样，趣味十足，现场气氛热烈，群众频频点赞。据悉，“村民乐”之“爱满金秋 孝义善举”老人长寿宴是该镇弘扬孝义善举的创新举措，旨在提升老年群体的幸福感和获得感，营造全社会尊老爱老敬老的良好氛围。该镇将持续深化培育“村

民乐”基层社会治理品牌，以寓教于乐、寓乐于乐、寓心于乐为基本内涵，以“安居乐业”“其乐融融”“乐此不疲”等为切入点，推动“星空影院”“健康驿站”“趣味运动会”“二手回收集市”等志愿服务项目落地，有效改善基层治理“外热内冷”现象，推动社会治理迸发新活力。