



欣景社区党员、儿童之家的家长和孩子、困难群众热热闹闹包汤圆。

昨日冬至，全省多地举办特色活动，让这个带着寒意的时节显得热热闹闹、暖意融融。

在昌宁举办的膏方节活动大受居民追捧。近年来，昌宁县将每年的冬至定为膏方节。今年的膏方节上，县中医院制作的中药棒棒糖、中药香囊和各种中药制品、泡脚、理疗体验服务等特别受中老年人的欢迎。

在金沙江畔的昭通市绥江县，当地人有吃“混蛋”的习俗，将鸡蛋、鸭蛋、鹅蛋与红芹菜、芫荽、老鹳草混合着煎炒成型，再根据个人口味可盐可甜，吃法多样，老少皆宜，同样喜庆。吃“混蛋”的习俗在绥江经久不衰，成为县级非遗，“混蛋”更是成为当地人寒冬滋补的美味。

昨天，曲靖城区各大农贸市场及羊肉餐馆羊肉飘香。俗话说，“冬天吃了羊，少穿一件棉衣裳。”在寒冷的天气吃上一顿黄焖羊肉或者蘸水羊汤锅，美味过瘾，滋补又御寒。顾客爆满的羊肉馆张老板说：“最近每天都满座，冬至前半月就有客人订座了。”曲靖人在冬至这天还要吃糍粑，一家人围着火炉烤着吃、用油炸着吃，抹上蜂蜜或裹上白糖，满口香甜。

此前，为迎接冬至到来，18日这天，官渡区欣景社区准备了20公斤汤圆面，邀请社区居民一起包汤圆，共话邻里情。“自己动手拌馅料、揉面、包汤圆，更真切地感受到传统节日的内涵，还能学到包汤圆的技能。邻里之间的感情也像我们的汤圆一样甜甜蜜蜜。”一位参与活动的居民吃着甜蜜的汤圆说。据介绍，这个社区的居民以外来务工人员为主。

本报记者 崔敏 蒋琼波 申时勋 罗宗伟  
通讯员 吴再忠 郭武辉 摄影报道



膏方节上还有食疗、膏方现场体验，中草药标本、中医健康特色产品展示，中草药识别竞赛等活动。

# 冬至日 暖意浓

吉城晚报

开屏新闻App  
理想生活 即刻开屏



将芫荽、红芹菜、老鹳草切碎后和蛋液拌匀。



煎至成型后吃法多样，可干吃、加水煮汤，喜欢甜味的还可加红糖水煮着食用。



做好后，先请老人吃。 绥江文化馆供图