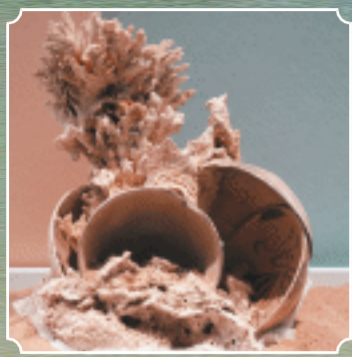


“我有方寸心——唐长沙窑瓷器诗文特展”成又一爆款,让热爱唐诗的人挪不开步

# 从长沙窑走进诗的唐朝



黑石号沉船出水的青釉褐斑彩绘瓷碗(带珊瑚)。

长沙晚报12月3日讯(全媒体记者 任波 通讯员 万国珍)近日,长沙博物馆又一原创新展“我有方寸心——唐长沙窑瓷器诗文特展”再度成为推介长沙、推介中国传统文化的热展,在2024年末再度引起各方前来观展的热潮,已成为一种值得重视的文化现象。

新开幕的热展“我有方寸心——唐长沙窑瓷器诗文特展”呼应今年7月23日开幕的热展“她从长安来——汉长沙国渔阳王后和她的时代”。这是长沙博物馆在2024年倾力打造的两大原创专题展览,这两大热展深入汉唐盛世,涵盖贵族宫廷和民间社会,是长沙博物馆全力回答好文化和旅游深度融合的命题,打造好湖南历史文化的名片和共建海上丝绸之路命运共同体的展览尝试。“我有方寸心”新展刚一推出,观众即纷至沓来,并引来各方好评,本次展览已入选国家文物局、中央网信办公布的2024年度“博物馆里读中国——弘扬中华优秀传统文化、培育社会主义核心价值观”主题展览推介项目。

本次展览集唐代器物、诗词、书法艺术于一体,以长沙窑为标识,展示唐代长沙万千气象。展品来自省内外13家文博单位,共计183件/套,其中包含题诗74首、题记22个,以及富含异域风情的典型外销精品36件,大多出土于窑址和唐代重要贸易港口城市遗址,或出水于“黑石号”等海丝沉船。展览通过活化利用特色文物,让观众透过日常瓷器赏读唐诗,感受唐人的生活美学与情感表达,见证千年前海上丝绸之路带来的文明交流与互鉴。



“我有方寸心”诗文瓷壶。

“我有方寸心”新展刚一推出,观众即纷至沓来,并引来各方好评。均为长沙晚报全媒体记者 邹麟 摄

## 长沙窑瓷器上的诗,再现大唐文化印记

大唐是一个诗的朝代,我们从长沙窑瓷器上可以看到,读诗、写诗之风已融入唐人生活,甚至融入长沙北面铜官小镇烧瓷人的生活,他们也被诗歌浸润,读诗、改诗,自己也写诗。唐代的诗文化被长沙窑创造性用于瓷器生产,创新了釉下多彩工艺,将诗歌、书法、绘画等装饰在瓷器上,开创了彩瓷文化的先河,并以开放包容的姿态吸收不同民族

文化。唐代长沙从事窑业的人们不但会写诗,同时也会经商,他们采取薄利多销的形式,将长沙窑产品行销海内外,成为海上丝绸之路的明珠享誉世界。

长沙博物馆馆长周慧雯介绍,为深挖长沙窑的独特价值内涵,阐释蕴藏其中的湖湘文化精华,长沙博物馆另辟蹊径,从长沙窑瓷器上独树一帜的诗文内容出发,策划了本次展览,

通过长沙窑瓷器上的诗意表达,再现唐代的社会百态和海丝城市文化印记。

本次展览介绍了长沙窑开彩绘诗文,另类呈现“诗的唐朝”瑰丽壮美的景象。长沙窑瓷器诗文包罗万象,此次展览从民俗风情、教育观念、酒文化和爱情婚恋四个方面阐释唐代市民阶层的日常生活和社会思想。

## 长沙窑瓷器上的正楷字,已突显唐代欧阳询的笔风

主。此外,此次展出的长沙博物馆藏“吉利”瓷盘“吉利”二字的楷书风格,用笔瘦硬有神,已极其类似后世宋徽宗所创“瘦金体”风格。

为提升展陈内容设计,增强场景互动性和观众参与度,本次展览利用数字展柜展示“我有方寸心”诗文瓷壶、竹林七贤诗文瓷罐这两件重点展品,巧借文物三维模型和动画短片让文物“活起来”,生动呈现千年往事。此外,利用灯光投影和氛围营造将唐代有关长沙的名诗和生活场景进行艺术还原,并移用唐代书法名家作品,介绍和瓷器诗文完成艺术融合,有效放大审美能量,创新呈现文物语言。

据最新统计,全国已发现的长沙窑瓷器上共记录有130余首原汁原味的唐诗,本次展览即展出70余个唐诗诗壶,占全国所有长沙窑诗壶一半以上。130余首唐诗中,除20余首在全唐诗中能到原作或改编自白居易、刘长卿、王维等诗人诗作外,其余均为作者无考的民间创作者的诗作。长沙窑诗壶因此具有极其巨大的文献价值。

长沙博物馆执行策展人刘凯向记者介绍,长沙窑诗壶均为釉下彩诗壶,字体以行书为主,另有正楷和草书,值得注意的是正楷的诗文壶,其风格多以唐代望城人欧阳询所创欧体为

本次展览免费开放时间为2024年11月29日至2025年4月6日(逢周一闭馆,国家法定节假日除外),市民朋友需提前在“长沙博物馆”微信公众号进行实名登记预约,并按预约时间段凭预约二维码或身份证通过安检入园参观。展期内,为满足不同层次、不同年龄观众的观展需求,长沙博物馆还精心策划了专家讲座、长沙窑“瓷上诗”朗读活动、诗词徽章DIY体验、长沙窑瓷器修复课程等,市民朋友可关注官方微信公众号报名参加。



“潇湘锦绣”汉服创享汇绽放湖湘古代华裳之美  
让汉服长在现代人的审美上

长沙晚报12月3日讯(全媒体记者 任波 通讯员 张琳)12月3日下午,湖南博物院学术报告厅内,一场别开生面的文化盛宴——“潇湘锦绣—汉服共创计划”汉服创享汇拉开帷幕。本次活动作为“潇湘锦绣—汉服共创计划”系列活动中的一环,汇聚了汉服设计师、非遗传承人及广大汉服文化爱好者,旨在通过汉服创享汇的形式,深入挖掘湖湘文化精髓,共同探索汉服与现代审美的融合之道。

模特身着充满巧思的设计作品逐一亮相,这些作品不仅融合了湖湘文化与马王堆汉墓文化的深厚底蕴,还巧妙地糅合了现代审美元素,将传统与现代的交织之美展现得淋漓尽致。

活动现场还揭晓了“潇湘锦绣—汉服共创计划”的后续实施计划,其中囊括了汉服大秀、主题展览安排以及服饰发布等一系列活动,让观众对汉服共创计划的后续发展充满了热切期盼。

## 非遗苗鼓长沙传习所开班

长沙晚报12月3日讯(全媒体记者 肖舞)12月2日下午,“敲响苗鼓 传承非遗”——非遗苗鼓长沙传习所开班仪式在湖南湘江新区举行,吸引包括中南大学外籍学生在内的100人拜师成为首批学员。

苗鼓传承者和长沙苗鼓基地创始人肖纳姣,是一名出生于苗鼓之乡的90后女子。自幼在母亲的熏陶下,她与苗鼓结下了不解之缘。2005年,她以初中一年级学生的身份,成为葫芦中学首批苗鼓队的优秀队员,并师从非遗传承人龙梅翠学习武术鼓和花鼓舞。出于热爱与担当,肖纳姣挺身而出,毅然创办非遗苗鼓传习所。

活动现场,首批学员中白俄罗斯人丽娅和俄罗斯人霍吉,分别就读于中南大学人文学院和计算机学院。他们的出现引发大家关注,在接受媒体采访时表示,作为长沙苗鼓基地首批学员,特别开心能接触到苗鼓文化,也希望未来能在更大的舞台上为进一步传播湘西苗族非物质文化遗产艺术而尽一份力量。

非遗苗鼓长沙传习所对公众免费开放。肖纳姣表示,她和基地立志孵化万名苗鼓爱好者,建立一支活跃于各类舞台的苗鼓队伍,让更多人领略苗鼓魅力。

## 文旅 | 美食

责编/任波 美编/吴志立 校对/谈梁

# 喷香粉蒸肉,浓浓湖湘味

任大猛

近日,湘菜泰斗王墨泉与许菊云同时点赞长沙一些餐厅主推的菜品粉蒸肉。一时之间这味落口消融、油而不膩、肉滑糯糯的传统粉蒸肉,在2024年末恍若老树着新花,让人感觉炫然时尚,垂涎欲滴起来。近来长沙喜苑人文餐厅、金星老柴火饭店、大庆饭店等餐饮酒楼均主推粉蒸肉,并作为主打,引来不少客人进店品尝。

## 湘菜泰斗同时点赞粉蒸肉

王墨泉点赞其徒弟邱灵芝在谷山前开设的喜苑人文餐厅时说:“粉蒸菜是长江中下游流域最为典型的家常菜式,四川、湖北、湖南、江西均有粉蒸菜名肴。”王墨泉指出,湖北粉蒸排骨十分著名,四川则有著名的粉蒸牛肉,湖南旧时号称馓子肉,其实就是指粉蒸肉,以湘潭和长沙的荷叶粉蒸五花肉最为著名,岳阳粉蒸鱼也有一定名气。此外,江西粉蒸肉因被清代美食家袁枚写入《随园食单》名满天下,江西粉蒸南瓜也有一定地位。长沙喜苑人文餐厅推出湖湘粉

蒸菜系列,融合众省之长,突出湖南长沙特色,它的粉蒸菜系列被评为长沙市非物质文化遗产,是实至名归之事,值得庆贺。

11月中旬许菊云重返20世纪70年代他曾主厨过的大庆饭店,吃到大庆饭店端上的粉蒸肉时点赞说,大庆饭店推出的粉蒸肉“软糯清香,颜色红亮,味道正宗,可称湖南名菜”。

湘菜泰斗不约而同点赞长沙粉蒸肉,好吃的粉蒸肉已成为受到大众舌尖欢迎的一个风向。

## 做好湘味粉蒸肉的秘诀

20世纪80年代,长沙老报人俞清泉曾在《中国烹饪》杂志上透露湘味粉蒸肉的制作秘诀。我们来到喜苑人文餐厅,餐厅厨师长唐清波说,现在喜苑餐厅的粉蒸肉分为三个部分。一是垫底吸油的红薯和玉米。二是米粉。三是系列肉料,比如肋条肉的上五花,做出来就是粉蒸肉;还有排骨,做出来就是粉蒸排骨;选用牛肉,做出来就是粉蒸牛肉,等等。

餐厅做粉蒸系列菜的米粉子,就是把湖南优质大米,加上糯米,一起炒制,由餐厅自炒自磨,其中还加了八角、桂皮等料。唐清波说关键信息,不便更详细透露,但炒制可以说。主要的就是米一定要炒两次,蒸的时候还放了八种香料,更关键的地方是在蒸之前,加了秘制腐乳,加了自制的辣椒粉。“我们的粉蒸系列菜,从炒粉到腌制到蒸制,属于湖南长沙独有的味型,比别处的粉蒸肉更湖南化,更接长沙本土的脾气。比如粉蒸肉,人们知道五香粉蒸肉,但我们除了五香,还有香辣味,吃到嘴里,更加肥而不膩,一块温润的粉蒸肉,就此给湖南人,给来湖南品尝湖南味的外地人留下了深刻的味蕾的记忆。”

唐清波说,喜苑所做粉蒸系列菜,追求的其实不只是香辣,更具体地说,是一种复合味,是味道的立体感。

我对唐清波说:“《谭延闿日记》中提到了谭延闿吃到了粉蒸牛肉,请问您是否知晓此事。做粉蒸牛肉和做粉蒸肉有何不同?”

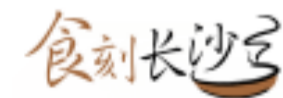
唐清波说:“当年谭延闿是在川菜馆子中吃到粉蒸牛肉,认为做得很好,念念不忘,于是谭厨曹丞丞努力攻关,就做出了湘味粉蒸牛肉,现在喜苑餐厅也对外提供湘味粉蒸牛肉。王墨泉大师也说过,川味粉蒸牛肉是用小笼蒸。做湘味粉蒸牛肉的难度,一是上粉难,这就涉及如何提高牛肉的黏附性,是否要添加热油等;二是我们需要将米粉打得比做粉蒸肉的颗粒要粗,这样才易黏附。”

“为迎合现在食客的要求,我们还是要努力做到‘传承不守旧,创新不忘本’。一些餐厅做不好粉蒸肉,有时肉熟了,米粉却夹生。过去是在蒸制的过程中,翻开锅盖,再喷一道水,现在我们在烹制前加一些水,用高压锅蒸,已经完美地解决了这一问题。此外,突出复合味型,将味道立体化,粉蒸系列菜下垫玉米和红薯,让粉蒸菜油而不膩,同时更让粉蒸菜时尚起来。凡是时尚的食物,不但年轻人喜欢,年长者也会喜欢,因为这个时代,人人都追求美食的时尚。”邱灵芝说。

当地名食,就想重拾这一传统,她向当地人学习做粉蒸系列菜;同时邱灵芝也知重庆、四川、湖北、江西均有粉蒸系列菜,便想做长沙的特色。她向师傅王墨泉求教。王墨泉做粉蒸肉本就十分有名,有不少人尤其是离开家乡很多年的归乡湘人,会将王墨泉烹制的粉蒸肉打包带往台湾、香港,以此湖南本味的粉蒸肉一慰乡愁。当王墨泉听到邱灵芝想要光大粉蒸肉及其相关系列菜式时,便悉心指导,邱灵芝从金星老柴火餐厅到创办喜苑人文餐厅,一直努力把粉蒸系列菜做成自己店的招牌菜式拳头产品。



长沙味浓郁的粉蒸系列菜



扫码看辣视频粉蒸肉喷香成潮流风向

长沙流行吃粉蒸肉。均为长沙晚报全媒体记者邹麟 摄



餐厅主厨唐清波现场做黄小米焖饭。



由猫山王榴槿挂丝制作而成的“蓬荪生辉”。

## 逛完公园,溜达美食宝藏小店

廖美丽

对于长沙西餐厅,我个人只抱有两种看法:“去拍照的美女”和“忙着去谈恋爱的小情侣”。很奇怪,似乎这两者都不是奔着好吃而去的。

但你要问:“长沙有没有好吃的西餐厅?”

我还真有一家可以拍着胸脯保证的宝藏小店,而且它还有点有趣:你说它位置不好嘛,偏偏它开在了湖南烈士公园西大门的对面。天气好的时候,我和朋友逛完公园,然后溜达着去吃这家店。你说它位置好嘛,它的门店却又开在了百货商场里最不起眼的地方,这一点都不符合年轻人打卡的标准,但环境温馨舒适没啥可挑剔的。

而关于这家店的美味,就从眼前这份布拉塔奶酪配综合番茄打开味蕾吧:圆墩墩的模样,你可以把它当作意大利版本的奶包子,用叉子轻轻划开奶皮,加了奶油的凝乳碎就像流心的蛋液缓缓流出,再搭配酸甜多汁的樱桃番茄,入口满是绵密香甜,奶香味充斥整个口腔。

带着烤盘上桌的澳洲黑安格斯M5肉眼,肉质细嫩,油花遍布。吃之前在300°C的盘子边缘滑一滑,将牛肉的切面二次加热,诱人的粉色带着丰腴的汁水,每一次的咀嚼是汹涌不息的油脂芬芳后带来的无限回味。

吃肉尽兴,但没有主食似乎还差点意思,又因为开了车无法喝酒,只能用碳水让自己变得更加快乐。强烈推荐他们家的红酒番茄慢炖牛肉意大利宽面,只因相比于细面,这种手工宽面更能使面条和肉酱充分结合,入口满足,面质筋道,美妙无比。

要问对这家店的喜欢,我想就冲我们聚餐时连点两份红酒番茄慢炖牛肉意大利宽面,吃到撑还舍不得放下叉子的意犹未尽;就冲回家后对他们家的布拉塔奶酪配综合番茄实在念念不忘,自己跑腿代买在家畅享的快乐。

嗯,逛完公园再溜达到我最爱的宝藏小店,给已经被定义为浪漫主义的牛排大餐里加点好吃的吧!