



“民以食为天”，面食是中国人饮食结构的重要组成部分，也常被制作成面塑用以寄托和表达情感。2008年，作为面塑花馍代表的“闻喜花馍”被列为国家级非物质文化遗产。

面塑花馍，是一种传统食用塑作艺术，也是一种与民众生活十分贴近的民俗艺术。每逢传统节日，北方地区不少家庭都会依照当地习俗制作花馍。各地不尽相同的风土人情和礼俗讲究，令花馍拥有了丰富的表现形态和鲜明的地域特色。面塑花馍别致的造型和斑斓的色彩，不仅将传统节日装点得氛围浓郁，也充分展示了劳动人民的审美和艺术才能，使蕴含在民间习俗中的文化传统得到传承和彰显。

——编者



多彩花馍蒸腾幸福年味

花饽饽成了香饽饽

本报记者 郑洋洋 李蕊

从福袋、寿桃、元宝等传统造型，到蔬菜、水果、家电等新形象，作为国家级非物质文化遗产，面塑花馍已从节俗食物走进越来越多人的视野。非遗老手捏出新造型，新造型反映新生活。有人以此为兴趣广交朋友，有人创新技艺传承文化，有人携手乡亲创业增收致富。

揪下一小块红色面团，双手轻轻一扭一捏，再用小梳子整理几下，一个燕子造型便弄好了。贺铁芳把“燕子”贴在一架由面团做成的“飞机”上，作品就完成了。

“过年了，这架‘飞机’是一家航空公司定制的花馍作品，我们根据模型进行了还原和再创作。”贺铁芳是山西卫嫂食品有限公司研发团队的负责人，公司许多定制花馍订单都由她带领团队完成。“闻喜花馍名气越来越大，公司订单越来越多，大伙儿的收入也越来越高。”

从小，贺铁芳就喜欢看大人做花馍，尤其是过年，村里左邻右舍凑在一起做花馍，热闹又喜庆。“闻喜人，逢年过节离不了花馍。”

近两年，贺铁芳带领着乡亲不断创新花馍、推出新品。“我做了几层高的花馍，每层中间点缀着用面团做成的翠白菜、红苹果、紫茄子……”贺铁芳说，这叫大丰收，寓意大家的生活越来越富足。

揉面、上色、做造型……小小的面团，在曲宝乐的手下，摇身一变成了一个怀揣金元宝的“招财龙”。这个花馍“暗藏玄机”，里面藏着6个大元宝、6个小元宝、6个福袋，“祝福大家龙年生活蒸蒸日上、多子多福。”

85后曲宝乐在山东省烟台市福山区开了一家花饽饽(花馍)店。谈起自己做花饽饽的原因，她说：

“花饽饽好看又好吃，现在很多年轻人都会买来给家里长辈祝寿或者为节日增添喜庆气氛，我希望把这门手艺传承下去。”现在，顾客需求越来越个性化、多样化，曲宝乐不断学习传统与现代元素交织的新样式，制作的醒狮龙饽饽、花束饽饽等新品备受好评。

最近，小店订单非常多，曲宝乐每天早上8点到店里和面，干到晚上10点。“做花饽饽，让我的日子过得充实快乐。”她说，“花饽饽还让我结识了一群好友，当和朋友们一起研制的创意花饽饽备受喜爱时，我们觉得很有成就感。”

巧手教你做花馍

本报记者 李蕊

胶东花饽饽(花馍)需要经过揉、擀、捏、剪、印、蒸等手法和工序，在婚庆、生日、百岁、上梁、乔迁等民俗活动上常见。80后姑娘张华喜爱做花饽饽，在她的家乡山东烟台黄渤海新区，大伙喜欢称呼她为“巧媳妇”。

花饽饽到底怎么做?日前，记者来到张华的面艺工作室，跟着学做花饽饽。

“花饽饽主要分为两大类，一类是果蔬花饽饽，以食用为主；第二类是观赏花饽饽，运用风干技艺成型，主要用于观赏和收藏。”张华笑道，“今年是龙年，咱们就结合醒狮造型，一起做一款果蔬‘龙饽饽’。”

花饽饽健康好吃，选材有讲究。“面粉要精细，最好选用优质小麦磨面粉；上色不能用添加色素，而是采用新鲜的果蔬，经过焯水或榨汁后提取颜色，例如提取菠菜的绿、南瓜的黄、甜菜根的红……这既使花饽饽更富美感，又融合了瓜果蔬菜的营养。”张华说。

备好了料，开始正式制作花饽饽。面醒发好后，张华将面团揉光滑、排气，再分成一块块的面剂子。做龙头时，她取出一块白色的面，将其作为主体架构。

“做好一款花饽饽，得做对它的比例，比例对了，花饽饽才端正漂亮。”张华说，做龙头时，得先确定眼睛的位置，用面团揉出两个大小比例适当的眼睛，呈八字形放在头部，然后

定它的胡须和嘴巴所在的位置，“在此过程中，我们可利用筷子、剪刀作为辅助工具修剪所需的造型，并可利用牙签将小附件固定到主体上去。”

花饽饽怎么上色? “龙饽饽”的造型讲究喜庆，张华将提取的果蔬汁和面，白色做基底，红色做嘴巴，绿色、红色做龙头配饰及龙须，黄色做耳朵……很快，一个五彩缤纷的龙头就成型了。

蒸，同样讲究技巧。“蒸之前，得将它充分醒发，再放到蒸锅上面去蒸，底下记得要放足够的凉水。先用大火去蒸，等到里面的水完全沸腾之后，再转中小火蒸20分钟左右就可以了。”张华说。

很快，热腾腾的“龙饽饽”出锅了。“需要注意的是，花饽饽因完全无添加剂，无法长期保存，时间久了会干裂长毛，更适合冷冻保存，尽量在短时间内食用，出锅趁热吃，口感也最佳。”张华将白胖松软的饽饽端上桌，仔细观察，蒸熟后，花饽饽颜色更明亮艳丽了，掰开后，散发出浓郁的麦香，“尝一尝，盼着新的一年，生机‘饽饽’!”



一种美食，一份传承

张国华

馍或者馒头是一种发酵的面食，大约始于东汉末年，是北方人餐桌上不可或缺的主食。花馍，则是将发酵的面团经过揉、捏、搓、按、压等步骤，辅以红枣、豆子及食用色素等制成的花色馒头。其主要流行于山西、山东、河南、陕西等地区，不同地区叫法各不相同，也被称为“面花”“面塑”“窝窝花”“花饽饽”等。逢年过节、婚嫁嫁娶、老人过寿、小孩满月等不同场合，各地会根据习俗制作不同造型的花馍。

在数千年的发展过程中，不同地区的花馍制作原料有所变化，其中花馍用的面粉、配料的变化尤为明显。传统花馍的制作主要以小麦面粉为主，但各地种植的小麦品种不同，面粉加工特性也有差异。随着时代的发展，小麦面粉种类不断丰富，如低筋面粉、中筋面粉和高筋面粉等。一些地方也出现了专门用于制作花馍的面粉，例如山西闻喜花馍会选用闻喜优质小麦磨成的面粉，在保持花馍造型的同时，也使其具有清香筋道的口感。

造型上，花馍样式逐渐多样。起初，可在揉圆的条状面团上用小梳子扎一排排的花点装饰，在面块间穿插一些枣的装饰，制成各种造型，有的根据口味偏好的不同，配有豆子(可作为动物造型的眼睛)、胡椒等辅料。

后来，花馍在色彩上越发鲜艳，所使用的食用染料日益健康和多元化。花馍制作时会用到一些

天然染料，如红蓝花、茜草、紫草等植物汁液。这些天然染料食用安全但色泽还不够鲜艳。如今，现代花馍所用的染料颜色鲜艳、丰富多样，能够满足花馍各种造型对色彩的需求。比如有时会选用菠菜、紫薯等果蔬汁，有时会选用微生物发酵生产的食用色素，花馍中的黑色还会用到可食用的墨鱼汁粉。

春节期间，我国不少地区都会制作花馍庆团圆、寄希望，花馍造型各具特色。山西花馍造型朴实雅洁、做工精细，细节色彩多用笔绘、纹路刻画清晰逼真，色泽注重保持自然美，留白较多。山东花馍造型敦实、粗犷，注重神似，色彩华丽，多喜欢大面积用红色、绿色、黄色等。陕西花馍，造型夸张、张扬，对比手法强烈，色彩艳丽，纯度高，常用对比色、互补色等，用色如秦腔般有冲击力和碰撞性。甘肃花馍注重整体，较少刻画细节，造型上轮廓简练，浑圆饱满，上色通常先将面混合染料变为彩色面团，再进行造型。

作为中国民间传统艺术的瑰宝，花馍不仅展示了中国民间艺人的卓越技艺，也传承了丰富的历史和文化信息。它是一种美食更是一种文化，记录了人们的生活变化，见证了时代的变迁。无论是古代还是现代，花馍都以其独特的魅力吸引着人们的眼光，成为中国民间艺术中不可或缺的一部分。

(作者为山西大学生命科学学院教授、山西省功能食品产业技术体系副首席专家，本报记者郑洋洋整理)

图①：山东烟台市民张华制作的花饽饽。郭传义摄(人民视觉)
图②：山东聊城，一款寿桃花饽饽正在制作。张振祥摄(影像中国)
图③：山东青岛，一款摆放在福袋花馍为节日增添喜庆氛围。梁孝鹏摄(影像中国)
图④：山东临沂罗庄区，居民展示刚刚出锅的花馍。许传宝摄(影像中国)

图⑤：山东烟台市民张华正在制作花饽饽。肖水莲摄(人民视觉)
图⑥：山西卫嫂食品有限公司员工制作花馍。王琪琳摄(人民视觉)
图⑦：山西芮城县，居民在厨房里捏花馍。刘宝成摄(影像中国)