

■寿光好味道

拒淀湖泥鳅：水中人参

□ 本报记者 郑颖雪 戴玉亮

“吃泥鳅一定要去拒淀湖”。在寿光，说起泥鳅，往往会听到这样的说法，可见拒淀湖泥鳅在寿光人心中的地位。

“拒淀湖泥鳅通体发黑、光滑，整体扁平，炖好的泥鳅没有土腥味。”寿光双王城生态经济园区牛头镇村党总支书记马宣英说。

《寿光县志》记载：鳅，污渠中有此，水涸则入泥，故俗名泥鳅。泥鳅肉质鲜美，营养丰富，富含蛋白质，还有多种维生素，并具有药用价值，是淡水鱼类中的上品，有水中“人参”之誉。

泥鳅中蛋白质含量高达18%以上，还含有人体易吸收的各种氨基酸和维生素及钙、钾等多种人体必需矿物质。泥鳅所含脂肪成分较低，胆固醇更少，且含一种类似甘碳五烯酸的不饱和脂肪酸，能防止人体血管衰老，故有益于老年人及心血管病人。

古代医书中有众多关于泥鳅的记载。《滇南本草》记载：“煮食治痔瘻，通血脉而大补阴分。”《医学入门》记载：“补中，止泄。”《本草纲目》记载：“暖中益气，醒酒，解消渴。”

“大泥鳅，25元一斤，来几斤？”“小泥鳅，便宜点，这些我都要了！”7月6日傍晚，在拒淀湖芦苇荡中，几位寿光市民在挑选活蹦乱跳的泥鳅。“拿回去爆炒，加点辣椒，味道可好了，舌头一舔肉就下来了，入口即化。”寿光市民常展榕说。

“把泥鳅剪开，腹部去肠，加入黄酒、酱油、葱段、姜丝腌一会儿。锅里热好油，放朝天椒，微炒，加入泥鳅，翻炒至八成熟时放入盐、蒜瓣，撒上香菜，一盘美味的家常爆炒泥鳅就出锅了。”常展榕说，他家人都喜欢吃泥鳅，所以经常到拒淀湖去购买。

“拒淀湖泥鳅和别地儿的泥鳅口感不一样，所以价格也高出不少。”牛头镇村村民马英明说，每逢农闲季节，牛头镇的村民都会捉泥鳅出售，每年能增加不少额外收入。

拒淀湖泥鳅为什么这么独特？主要得益于当地独特的地质条件。“拒淀湖恰好地处咸淡水交界线上，水中盐度在千分之三至千分之八之间，所以拒淀湖泥鳅的口感远胜淡水生长的泥鳅。”马宣英说。

在拒淀湖附近，大大小小的饭店都有泥鳅菜出售，每逢节假日，一到吃饭时间，几乎家家爆满。因拒淀湖泥鳅鲜美的口味和丰富的营养，当地人创造出了花样繁多的烹饪方法，如砂锅泥鳅、红烧泥鳅、泥鳅钻豆腐、椒盐泥鳅等。这其中，最出名的吃法当属泥鳅钻豆腐。先将泥鳅洗净，砂锅中注入排骨汤，放入一整块嫩豆腐和泥鳅，加盖慢炖稍许时间，泥鳅被热气所逼钻入豆腐中躲藏，随后汤沸，泥鳅烫死在豆腐中，然后再经小火慢炖即可。“由于泥鳅和豆腐营养价值都很高，搭配成菜，兼具进补和食疗功用。”马宣英说。

另外，拒淀湖内芦苇茂盛，春生秋落，芦苇的叶、根及水下部分腐烂和发酵，构成了富含有机质、腐殖质的淤泥。“每年春、夏、秋季新生的芦苇重新发芽、生长，茂密而发达的根系将腐烂和发酵中产生的氨氮、硫化氢、二氧化碳等对泥鳅有害的成分吸收利用，为泥鳅创造了‘肥而不臭’的特殊生长条件，也为泥鳅的饵料生物生长提供了适宜的繁育条件。”马宣英说。

结合当地的自然环境，拒淀湖人创造了一种特殊的种养形式：“上粮下鱼”。经过挖池抬田，上种植粮棉，下养殖泥鳅、龙虾，相得益彰，使旧日盐碱荒地变成了“鱼米之乡”。

2012年，拒淀湖泥鳅凭借其独特的地质条件、人文环境、酥软嫩滑的口感等，被评为中国农产品地理标志产品。



林海生态博览园

使用电子门票

□ 记者 石如宽 通讯员 汤秀英 报道

7月1日，寿光林海生态博览园景区开展“关注微信10元游林海”活动。游客只需关注微信号“sgrb-cm”并回复“10元游林海”，几秒钟后景区的电子门票就发送到游客手机上。游客到达景区后只需将电子门票展示给景区工作人员并交10元钱的门票费用就可以畅游林海。

崔云河：舞出我精彩



□ 本报记者 郭继伟

寿光市第一个国家A级国标舞老师、全国体育舞蹈公开赛壮年组A组冠军、山东省体育舞蹈锦标赛壮年组拉丁舞冠军、全省拉丁舞优秀教师……奖杯、荣誉证书把他的办公室装点得格外耀眼。他，就是舞者崔云河，寿光市文化馆的专职舞蹈老师，也是寿光银河艺术学校校长。

7月4日，坐在对面的崔云河，在说到自己与舞蹈结缘、到北京舞蹈学院“寻梦”、教授传播舞蹈的过程时，情不自禁地做起了示范，举手投足，一丝不苟。

1988年7月，崔云河调到寿光市文化馆任群众文化辅导员。说起舞蹈，崔云河告诉记者，到文化馆工作之前一点都没有接触过。在当年举办的寿光十大歌星十大舞星大奖赛中，他担任灯光师。比赛结束后，文化馆的同事们聚在一起吃饭。席间，崔云河模仿了几个舞蹈动作，让同事们猜是哪个舞星标志性动作，结果每个都被猜中了，这是他与舞蹈的第一次亲密接触。

1989年元旦晚会上，崔云河表演了华尔兹，这是跟文化馆的陈永卓老师学的。从那以后，他开始正式学习舞蹈。2000年，崔云河接触到拉丁舞，北京、上海、深圳等地，都留下了他求学的足迹。

2006年，崔云河到西安参加舞蹈比赛，跳的是伦巴、恰恰和牛仔。跳到牛仔舞时，他明显感到自己技不如人。“别人跳起来又轻松又灵活，而我却显得很笨拙。比赛一结束，我就找了江西南昌艺术学校的老师请教，自己掏钱跟着学了两节课。”崔云河说，舞蹈必须精益求精。

2007年，崔云河用半年多的时间，到北京舞蹈学院进修，系统地学习国标。由于周末要给学员上课，周五下午他就从北京坐车返回寿光，周日下午再坐车到北京。这个让人感到困顿无聊、像坐牢一样的旅程，却成为崔云河思考人生的时间。

“那会儿坐车，经常碰见一位北京肿瘤医院的医生，周末到寿光坐诊。当时就想，人家岁数这么大了，还跑到这么远的地方行医治病，我这点疲劳算什么？”崔云河说，半年多的来回奔波，路边的树叶从绿到黄，再慢慢凋零，你可以认为是生命的衰微，也可以换个角度去认识：当大树只剩下

伸展到天空的枝杈，你会更强烈地体会到生命向上的力量。也许，这就是崔云河至今仍以舞者的身份活跃在舞台上的动力之源。

2012年4月1日，寿光市国际流行舞蹈协会成立大会召开，崔云河成为协会主席。4月30日，协会承办的2012年寿光“农圣杯”国际舞蹈公开赛暨“陆地方舟杯”寿光市首届国际流行舞蹈大赛成功举办。

今年，除了教学员舞蹈，崔云河还在文化馆三楼舞蹈教室每月一期举办广场舞培训班。在集中举办培训班的同时，他还走进社区、农村文化大院进行广场舞教学，活跃城乡群众的精神文化生活。

崔云河告诉记者，能教别人跳舞，指导老百姓比赛，让舞蹈在更多更广的人群中传播，是莫大的幸福，独乐乐不如众乐乐嘛！

“以前，广场舞都是自己从网上学，局限性很大。现在来了市里的老师给我们作指导，免费教我们，老百姓都非常踊跃。原来不同的舞蹈队之间可能因为相互争场地有矛盾，但崔老师一来，大伙儿都聚到一起来学习，之前的别扭也就不存在了。”寿光仓圣公园广场舞带头人胡小丽说。

14岁的王志超已经在银河艺术学校学了5年，“各种舞种我都跟着崔老师学，很敬佩他。他虽然年龄大了，但舞蹈动作很标准。崔老师还会像父亲一样教我们，很有耐心，从来不对我们发火，一遍不行他就教两遍。”王志超说。

“舞蹈是我的工作，也是我的生命。不论学员多少，我都要认真地教。就算一个学员没有，我也会对着镜子练，体会舞蹈带给我的快乐。走在大街上，有人喊我一声崔老师，就是我莫大的收获。”崔云河说。

美丽乡村巡礼

南邵二村：

闲暇时光“动起来”

□ 本报记者 郭继伟

“2008年，我们村里出资十几万元建设了30米宽、37米长的广场。如今，广场已经成了老百姓跳广场舞、健身锻炼的好去处。”寿光市上口镇南邵二村党支部书记李学明说。

南邵二村有806口人，村民们有出去打工的，有自己做生意的，种大棚的不多，地里的庄稼主要是玉米、大豆，平时农活儿不多。“老百姓空闲时间多了，娱乐活动也跟着多了起来。”李学明告诉记者。

51岁的李月英是南邵二村广场舞队的队长，年轻的时候，她就爱好跳舞。近年来，农业生产机械化水平高了，家里的地也不像以前那样离不开人了。闲着没事儿的时候，李月英就从网上跟着学广场舞，还组织村里有兴趣的妇女一起学。

李月英说，跟自己一起跳舞的，不只本村的，周围村庄的妇女也到她们村一起跳，加起来有30多人。大部分是年轻的妇女、媳妇，她们白天到地里除草、施肥、打农药，晚上就到广场上跳舞。

为方便百姓跳舞，南邵二村给广场舞队配备了音响。“大伙儿不仅锻炼了身体，还丰富了精神生活。镇上、市里组织的比赛，我们经常参加。2008年，我们在上口镇首届农民文化周大赛上表演了太极剑，获得了一等奖。今年4月到6月举行的寿光市广场舞大赛，我们也参加了。很多妇女跟我开玩笑说，跳舞和锻炼的时间多了，跟对象吵架拌嘴的时间都没有了。”李月英告诉记者。

除了学习舞蹈、自娱自乐外，广场舞队还到举办婚礼的村民家里表演节目，活跃现场气氛，给大家助兴。“我们主要是表演舞蹈、扭秧歌。现在老百姓也都很节俭，不讲大排场了，我们免费去表演，很受欢迎。有喜事儿，他们都提前给我打电话预约。”李月英说。

71岁的李同深大爷是村里京剧爱好者的领头人。京剧，他年轻时就喜欢听，但不会唱。“现在岁数大了，不用干什么农活儿了，儿女们也不用俺操心，俺就和两个老伙计一块，慢慢跟着别人唠唠呀呀开始学唱。”李大爷告诉记者。

据李同深介绍，现在每逢周一、周四下午，附近村庄的十几个京剧票友就到南邵二村的活动室集合，吹拉弹唱，村里提供饮水。大家自己带着乐器，有了专业队伍的样子。《锁麟囊》、《玉堂春》、《辕门射》等都是他们的拿手曲目。“虽然俺年纪大了，但也要老有所乐，不能待在家里当闲人。”李同深说。

2013年，南邵二村被评为寿光市文化建设先进村。

后疃村：

村务公开换来平安和谐

□ 本报记者 郑颖雪

“村务公开，全村议事。大家对村委工作满意并支持，是我们村平安和谐的最重要原因。通过村务公开，让村民了解村内大小事务，并积极参与到村里的决策中来，村民感觉自己是主人，维护安全稳定的积极性和热情自然就高了。”寿光市田柳镇后疃村党支部书记王世清说。

后疃村家家户户种西红柿大棚，平均每户年收入近10万元。“大家都比较富裕，村里很少有偷盗情况发生，并且村委工作实在，集体事务完全公开，我们都很拥护。”后疃村村民吴象飞说。

通过土地流转，后疃村建立了6个专业合作社，村集体每年收入8万元，这笔钱全部用在了村内的公益事业上。“村里有钱了，但是钱怎么用是个问题。如果不公开透明，村民肯定得猜疑，不利于村内和谐稳定，所以我们把每一笔支出详细列出来，让大家心里都明明白白的。”在后疃村村委办公室，王世清指着村务公开栏里的财务公示表告诉记者。

使用集体收入的每一分钱，后疃村都会通过召开党员大会、村民大会讨论决定。“现在，村里用这些钱硬化了道路，盖了新卫生室，建起了中心广场，文化大院。这些都通过了全体村民的同意，我们村从来没有上访的。”王世清说。

“村委处理事情很公平，从来不搞暗箱操作，不偏袒任何人，一亩地的事儿也在大喇叭里吆喝，让我们明白。平时还老开村民大会，有什么意见直接提就行。”村民王维忠说。

为了维护治安，村里组织成立了治安巡逻队。“村民都是义务巡逻，平时我们晚上在村里和大棚周围转转，逢年过节的时候白天也巡逻。现在全村还装了6个摄像头，大家更放心了。”后疃村治保主任王英志说。

在后疃村，许多村民喜欢饭后聚在村中心广场休闲。“村里一直很安定，你看街上车就这么放着，家家户户的门大部分开着，我们邻里互相看看门，照应着，就行了。有时候，大家最多闹点小意见，回过回头去就没事儿了。”经常在广场上打牌的王维忠说。

村民之间一旦产生矛盾纠纷，村委干部立刻就找上门，问清原委，提出令双方都满意的解决措施。“现在大家看中的就是个讲理，只要道理讲明白了，问题马上就解决了。村委的责任，就是给村民断明白这个理。”王英志说。

2013年，后疃村被评为寿光市平安建设先进村。

寿光“少年检察官”成普法先锋

□ 本报记者 石如宽 本报通讯员 林嘉中 刘珊

“观摩庭审时，一开始我们有说有笑，没感觉到异样。但当被告人被带到法庭时，我们感受到了法律的尊严。”寿光市洛城二中学生、“少年检察官”王红玉说，“这次庭审我受到了一次最直观、最生动的法律教育，我们青少年一定不要犯罪。同时我要把自己听到的、看到的、感受到的，讲给周围的同学和家人，让他们遵纪守法。”

在今年6月初寿光市人民法院开庭审理一起盗窃案件时，庭审现场有来自洛城二中的8名“少年检察官”。“少年检察官”观摩庭审，是寿光市检察院实行的特色法制教育之一。

庭审现场感受法律尊严

整个庭审现场，“少年检察官”们认真地听着法官对案件的审理。

“这是寿光市人民检察院送给同学们的特殊礼物。”寿光市检察院派驻洛城检察室主任韩莉莉说，通过与辖区学校洛城二中的层层选拔，将品学兼优、口才好、热爱集体活动、具有榜样和表率作用的同学聘为首批“菜乡少年检察官”。通过举办庭审观摩、由孩子们再“直播”给其他同学，以生动、形象的方式告诉未成年人要珍惜自由、敬畏法律、远离犯罪，在日常的学习生活中时刻不忘规范自己的言行。

“少年检察官”范昕妍说：“第一次来到法庭，看到国徽，我感受到法律的尊严。”王红玉说：“我感觉他(被告人)坐在这里，非常可怜，但他的行为非常可恨，有老有小却走上



□ 石如宽 刘珊 报道

今年3月，寿光检察院为“菜乡少年检察官”发了聘书。(资料片)

了违法犯罪的道路。”

和同学要几块钱都是不对的

王红玉所在的七年级八班专门组织开了一次“普法教育主题班会”，她跟范昕妍一起走上讲台，把自己听到的、看到的、感受到的讲

给班里同学听。

韩莉莉则为孩子们带来了《青少年法制教育宣传手册》，并为同学们讲了小事引发犯罪的故事。课堂上，当王红玉问“哪些是违法行为”时，同学们纷纷举手，踊跃参与：吸毒、偷拿东西、斗殴……孩子们一会儿分组讨论，一会儿争先恐后地举手发言。

“听了检察官阿姨的讲课之后，我知道了

和同学哪怕要几块钱都是不对的。这样的小错，最终会酿成大错。讲课提高了我们明辨是非的能力，懂得了应该从日常中的小事做起，不能因一念之差走上违法犯罪的道路。”七年级8班学生任伟佳说，通过这次主题班会，同学们懂得了应该遵纪守法，努力提高自己的思想品德修养，自觉抵制不良行为。

洛城二中校长张瑞海说：“‘少年检察官’走在同学们中间，用行动和实际例子改变了同学们以前对法律的模糊、淡薄意识。检察院通过‘少年检察官’评选活动，把法律教育贯穿于日常生活。”

多渠道探索青少年普法

寿光检察院派驻洛城检察室探索符合青少年身心特点的法制教育新模式，去年建成了以“普法先行、飞扬青春梦”为主题的“寿光市青少年法制教育基地”。通过图文展板、创意造型、数字多媒体等灵活多样的展示手段，从人性化角度解读青少年这个特殊群体，通过正面引导和反面警示，打造了一个科技感十足、与时俱进、内容与形式俱佳的现代化基地。

法制教育基地利用多媒体投影仪为同学们播放精心制作的集文字、图片、视频影像于一体的“青春路上，与法律同行”法制课件，使学生们从视觉、听觉方面共同感知法律，提高学习法律知识的兴趣。同学们写心得体会、参加法制征文比赛、书画比赛、手抄报比赛，让法律意识内化于心。

与此同时，检察官们还编印了5000余册《青少年法制教育宣传手册》，免费送进学校。