



暮春渐远,初夏即临。随着“五一”假期的脚步临近,一城烟火愈发温润丰盈。

各色时令蔬果踏着时令节拍,携一身山野清芬、满园鲜香,如约亮相太原街市。荠菜凝翠、春笋脆嫩、香椿馥郁、蒜薹鲜嫩、草莓嫣红,一众暮春初夏限定蔬果争相登场。自然本味撞上市井烟火,以独有的鲜嫩口感与别致风味,占据市民餐桌主角席位,成为这个时节最动人的人间清欢。

# 时蔬鲜果 满目新

## 当季尝鲜 味正浓

户外采摘 乐趣多多

应季尝鲜 餐桌主角

### 时令蔬果 物丰价稳

作为全省重要的农产品交易、储备与调控核心枢纽,山西屯汇农产品批发市场早已提前布局、蓄势发力,全力以赴备战“五一”消费热潮。市场日均蔬果交易量高达3000余吨,充足的货源储备、顺畅的流通渠道,稳稳托举起全城百姓的“菜篮子”与“果盘子”。

晨光熹微之时,屯汇市场已是一派熙熙攘攘的热闹景象。满载南北鲜货的货运车辆鱼贯而入,有序排布,往来客商络绎不绝,升腾而起的人间烟火,成为这座城市最温暖、最治愈的底色。穿行菜摊之间,满目皆是鲜活的时令好物:翠绿欲滴的蒜薹裹挟着露水清甜,鲜嫩挺拔的韭菜带着田野气息,一捆捆色泽红艳的香椿香气绵长,整齐摆放在摊位最醒目位置,引得往来市民驻足流连、精挑细选。“就馋这一口当季的鲜。”正在挑选香椿的市民伊女士眉眼含笑,语气轻快,“买点新鲜香椿回去炒鸡蛋、拌凉面,吃的不只是味道,更是这个时节独有的仪式感。”

据市场商户介绍,今年春季时蔬货源充足、供应稳定,整体价格稳中走低。往年身价不菲的香椿等时令山蔬,如今愈发亲民,实惠的价格激发了市民的消费热情,销量较往年实现大幅攀升,让寻常百姓也能轻松坐拥春日鲜味。

蔬果相映趣,果香醉人心。伴随着气温持续回升,海南贵妃芒、四川龙泉驿水蜜桃、智利车厘子等二十余种南北精品鲜果齐聚市场。莹润剔透的晚春樱桃、蜜香浓郁的早熟甜瓜、果肉绵密的云南枇杷……缤纷鲜果琳琅满目,果香氤氲满场。素有“春天第一果”之称的草莓,自是春日水果中的人气宠儿。摊位上的草莓色泽红润晶莹,果形饱满圆润,淡淡的奶香萦绕鼻尖。“果肉软糯香甜,奶香味很足,是我家孩子的心头好。”市民丁女士每逢草莓上市时节,总会频频选购,用一抹酸甜装点居家生活。

一蔬一果丰盈餐桌,一山一野邂逅当季。丰盛的时令鲜食,丰富了万家日常,也赋予了独有的生活诗意。告别城市喧嚣,奔赴乡野田园,沉浸式体验采摘之乐,已然成为太原市民亲近自然、休闲放松的新风尚。

尖草坪区向阳镇的一家采摘园内,温室大棚内暖意融融、绿意盎然。一串串番茄挂满枝藤,红粉相间、果香四溢,勾勒出一派生机勃勃的丰收图景,吸引大批市民游客结伴前来,赴一场田园采摘之约。经营户忙碌之中满是欣慰:“我们坚持绿色生态种植,科学培育优质品种,种出的番茄果肉紧实、汁水饱满。每到周末,采摘游客便络绎不绝,‘五一’假期游园采摘的人气还将迎来新高。”

大棚深处,黄瓜、西红柿、小葱、芹菜等时令蔬菜迎来采收高峰期,新鲜蔬果经过分拣、打包,源源不断运往城区各大市场。游人穿梭于田垄之间,亲手采摘,在泥土芬芳中卸下疲惫,感受田园慢生活。“采摘园的蔬果虽然价格稍高,但带着孩子亲身体验劳作乐趣,亲近自然山野,远比打电子游戏更有意义。”市民梁倩坦言,采摘的快乐,

重在体验,贵在陪伴。

田野寻鲜风正盛,林间挖菜趣正浓。时下,一场趣味十足的“山野寻鲜”活动悄然走红。远离市井纷扰,走进山野林间,挖野菜成为市民舒缓压力、拥抱自然的休闲选择。暮春时节,甜苣、苦苣、苜蓿等野菜长势繁茂,清爽可口,是大自然馈赠的天然美味。市民李睿每逢周末,都会陪着父母驱车进山,在清风绿野间寻觅春日鲜味,尽享悠然闲趣。

曾经专属于老一辈人的挖野菜,如今掀起年轻化热潮,越来越多的年轻人走进山野,成为寻鲜主力军。辽阔原野之上,一幅悠然闲适的春日画卷徐徐展开:成年人围帐而坐,煮茶闲谈;孩童奔跑追逐,放风筝、嬉闹玩耍;三五好友结伴同行,辨识野菜、交流技巧、闲话日常。

乐享山野乐趣的同时,安全警钟亦需长鸣。部分野生毒草与野菜外形相似、极易混淆,误食将危及身体健康。在此温馨提醒广大市民,挖野菜请远离高速沿线、铁路周边、临水陡坡等危险区域,在安全前提下,不负时光,不负山野。

人间至味是清欢,四时烟火最暖心。当季的时令鲜蔬,无需繁复烹制,清蒸、凉拌、小炒,皆是原汁原味的自然本香。烟火三餐之间,藏着百姓最质朴的生活热爱。

“这些时令野菜,都是刻在心底的老味道。”今年63岁的程虹霞深谙时令食补之道,格外偏爱自然纯味。趁着鲜味正浓,她特意买回新鲜榆钱,准备蒸一锅记忆里的榆钱饭。热气升腾间,满室清香,一口便是难忘的儿时滋味。她也乐于和邻里分享烹饪诀窍,让这份时令鲜香萦绕在千家万户的餐桌。

从田间地头的一抹新绿,到寻常巷陌的人间饭香,时节流转之间,藏着独属于太原的烟火温情。脆嫩春韭剁碎入馅,饺子、包子唇齿留香;蒜薹炒肉鲜香交融,解锁暮春专属风味;凉拌甜苣清爽解腻,香椿炒蛋经久不衰。待到初夏来到,槐花盛放,一盘热气腾腾的槐花煎饼,又能将丝丝清甜牢牢锁住。

一方小小餐桌,承载四时风物,深藏一城乡愁。寻常人家的一蔬一饭,是唇齿之间的四季盛宴,也是太原人根植心底的乡土眷恋。春去夏来,烟火不息,让每一季的自然鲜味,都在三餐四季里缓缓流淌,温润流年,岁岁安然。

记者 张秀丽 文/摄



市民在市场选购应季时蔬