

慈城年糕： 穿越古今的江南年味



传承稻作文化的民俗美食

慈城年糕的水稻种植地源之河姆渡一带，是中国乃至世界的稻作文化发祥地。

河姆渡出土的稻谷距今7000年，河姆渡文化遗址分布在慈溪董家岙、余姚鲞山、鄞州董家岙、上虞牛头山等地区，其中江北慈城就有18处，遗址数量比较集中。

而早于河姆渡文化1000年左右的宁波余姚三七市镇井头山南麓井头山遗址，距慈城仅有5公里，距今为7800—8300年之间，是“河姆渡之祖”，该遗址中发现了完整的稻谷。

2020年12月12日，由浙江省文

物局指导，浙江省文物考古研究所、宁波市文化遗产管理研究院、余姚市河姆渡遗址博物馆联合举办的“余姚施岙遗址古稻田考古发掘专家论证会”在余姚市召开。专家认为，施岙遗址古稻田是目前世界上发现的面积最大、年代最早、证据最充分的古稻田，是史前考古的重大发现。

为此，河姆渡遗址、井头山遗址及姚江流域，是中国乃至世界的稻作文化发祥地。而稻米，就是制作年糕的主要原料。年糕无疑是稻作文化一个传承化、精致化、共享化的民俗美食。

2021年2月初，浙江省委常委、宁

波市委书记彭佳学、宁波市委常委、宣传部长李军分别对国研经济研究院东海分院执行院长陈旭钦撰写的《新时代的宁波文化地标布局在哪最佳？》报告作出批示，充分肯定了陈旭钦院长的建议。

陈旭钦建议，“十四五”期间，宁波要加紧挖掘文化瑰宝资源，整合余姚河姆渡遗址、井头山遗址、施岙遗址、田螺山遗址、鲞山遗址、董家山遗址、江北八字桥遗址、傅家山遗址、慈湖遗址、小东门遗址、镇海鱼山·乌龟山遗址、奉化名山后遗址、下王渡遗址、象山塔山遗址等十处史前遗址资源，以河姆渡文化遗址群或浙东史前遗址群名义，捆绑起来预备申报世界文化遗产。同时，充分利用河姆渡文化举世闻名的知名度和施岙遗址发现目前

世界上面积最大、证据最充分的水稻田契机，在姚东平原抓紧设立“世界稻作起源地·宁波”标识，并向海内外媒体发布“世界稻作起源地·宁波”形象宣传片。

2021年2月25日，宁波市委宣传部牵头开了多个部门专题研究宁波文化地标布局和河姆渡文化遗址群或浙东史前遗址群申报世界文化遗产准备工作。



芝麻开花节节高，做好年糕年年高。

在江南，年糕因其“年年高”的谐音而成为老百姓心中的吉祥食品。每逢新岁将至，家家户户彩灯高挂，杀鸡宰鸭，祭祖宗请灶神，春年糕也成为江南民间辞旧迎新的重要民俗活动之一。

宁波慈城早在春秋时期就有关于年糕的传说。相传名将伍子胥曾经在慈城打过仗，修筑姑苏阖闾大城时，就采用慈城的方法，把年糕当作城砖。他死后，苏州被困，百姓按照他的遗嘱挖开城墙，以“年糕城砖”为食，救人无数。

慈城籍文化大家冯骥才说：“年糕是慈城食文化的历史名牌，是先人留给我们的遗产。”

传说与史料同等丰富

《浙江省民间文学集成——宁波市故事卷》中的《慈城年糕》一文，将年糕的历史定格在战国时期。当时，名将伍子胥曾经在慈城打过仗，他死之前对其部下讲：“如果国家有困难，百姓断粮，你们到城墙下掘土三尺，可得粮食。”

伍子胥死后，越国进攻吴国，城中军民断粮，已饿死了不少人。这时候，有人想起伍子胥的话，就去挖城墙。挖了三尺多深，果然挖出许多可以充饥的“城砖”，结果打了胜仗。

原来，当年伍子胥在慈城督造城墙时已做好屯粮防饥准备。这些“城砖”全部是用糯米粉蒸熟后压成的，这种糯米砖十分坚硬，长年不变质。

从此以后，慈城镇和宁波各地家家户户都春年糕，年夜饭就吃年糕汤，来纪念伍子胥。

据1994年版的《宁波市志》载：宁波年糕柔滑细腻，久浸不糊，昔以梁湖米年糕，今以慈城年糕较佳。

宁波市作家王静在《慈城年糕的文化记忆》中指出：从文献资料记载、年糕模板和田野调查的民间传说等一致证实，慈城年糕手工制作历史符合

中国年糕的起源、兴盛之说，即始于西周，兴于明朝，盛于清朝及民国，至今已有3000多年历史。

《浙东乡情慈城的传说》第二辑——《慈城年糕进贡的民间传说》中记载：清，乾隆皇帝下江南，政务、民风无一不关注。在杭州小时住时不经意发现这页记载，被绘声绘色的描述诱发好奇和品尝欲望，遂命杭州府到慈城征召。慈溪县令受命亲自护送特制的年糕团及加盖大红御印的水磨年糕快马送到杭州。乾隆帝御用时，这年糕团还是热的，果然名不虚传，口味独特。一时兴起，吩咐笔墨伺候，龙飞凤舞写下“年糕年糕年年高！”七个大字赏慈溪县令。可惜后来真迹散落失传。

从大量民间传说和史料记载中，可以清晰地看到慈城年糕从最初的米糕、到糯米年糕、到现在用糯米制作作为流传的水磨年糕这三大阶段，而慈城的历代老艺人也始终坚持精益求精的工匠精神，在传承中创新，使慈城年糕越做越精致，技艺越来越精湛，品种越来越多，传承越来越广泛。

文化传承连贯完整



2020年12月17日，浙江省宁波市文化遗产管理研究院正式发布重大考古发掘成果。通过考古人员近半年对江北区慈城镇东门村约18000平方米遗址开展抢救性考古发掘，东门村遗址是一处年代可划分为河姆渡文化四期、良渚文化、广富林文化、马桥文化、商周、春秋战国、汉晋、唐宋和明清等9个时段，最早可追溯到5600年前，其主体遗存年代为新石器时代晚期至青铜时代，从史前一直延续到明清，5000余年的文明序列延续至近年都有村落存在，历史发展的连贯性极为珍贵，遗址出土遗存之丰富、文化序列之完整，在浙江地区尚属首次。

宁波市江北区慈城镇东门村遗址比列入世界文化遗产名录的杭州市余杭区良渚古城遗址还早600多年，作为中华五千年文明史的圣地，是现代亲身体会和感受“中华五千年文明”

深厚文化底蕴的重要场所。不仅树立慈城文化旅游新品牌，展现慈城文化魅力，更彰显了慈城深厚的历史文化底蕴。

在挖掘的遗址第4层及该层下遗迹单位一批陶器特别显眼，距今约4200至3900年。无论从器物类型、装饰手法，还是纹饰图案上来看，都具有典型的广富林文化特征。广富林文化为新石器时代末期的一支考古学文化，以上海市松江区的广富林遗址命名，主要分布在环太湖地区。截至目前，江苏、浙江、上海已发掘的广富林文化遗址不足10处。令人意外的是慈城镇东门村遗址出土的广富林文化遗存非常丰富、非常典型，真正填补了宁波地区文化序列的空白，使宁波平原和环太湖区域从文化分野逐渐走向文化融合。

从2004年12月慈城北面的八字村傅家山遗址出土文物测定，距今约7000年的新石器时代慈城就有先民活动，慈湖遗址出土的5800年前的“中华木曜”标本、小焦山4500年前城基石块的出土、王家坝汉晋“句章遗址”……10多处遗址多次印证，慈城区域8000余年的文明序列延续不断，更进一步印证了慈城年糕至少有3000多年传承史的事实。



慈城年糕打年糕

在慈城，做年糕也称“打年糕”。至今，慈城仍保留这古老的习俗，制作年糕工艺，一直延续至今，经久不衰。

蒸笼中的米粉被急火蒸熟，人们围在大灶旁，一旁的石捣臼早已等候多时。随着有经验的师傅一声大喊：“出笼啦！”年轻力壮的男人们将蒸熟的米粉放入石捣臼，手持榆木杵白一人一下有规律的捶打。“芝麻开花节节高，做好年糕年年高”的打年糕歌盘旋在村落中，与一上一下的节奏相呼。

手工年糕的制作，是一个繁琐的过程，也是一种费力的活。因此，勤劳聪明的慈城人发明了年糕制作机器，来替代了手工制作年糕中最费力的春年糕。尽管现在农村纯手工制作年糕比较少，但是，在慈城仍保留并流传年糕手工制作技艺。

慈城水磨年糕美味可口，蜚声海内外。传说清末同治年间，慈城人氏陈培基突发奇想，把制作豆腐、香干的工艺运用到了做年糕上，大米经水浸、水磨、榨干水分后再用水蒸。揉搓制成的年糕晶莹剔透，润滑如肤，口感也大大提高了，开创了手工水磨年糕之先河，从此，慈城水磨年糕出了名。

◆本版文字选自周永卫所著《慈孝名城与年糕乡愁》一书