

民宿美食



营养野山菌

在张家界，要问起吃野山菌的去处，许多人的脑海里不约而同会浮现出了一个店名——黑竹沟野山菌火锅店。它那野山菌的清香，成了许多张家界人舌尖上的记忆。3月19日，记者慕名而来，倾听这家搬入新址的老店故事。

对于一座城市而言，饮食是体现风俗民情的一个重要元素。黑竹沟野山菌火锅这样的老店也同样承载着张家界的饮食文化。15年前，大学毕业后的艾莉跟随着姨父母把四川的野山菌带到了同样以食用山珍腊味著称的张家界。因为老家有一个叫“黑竹沟”的地方盛产野山菌种，所以这个店的名字就沿用了它。

店铺原址在市城区子午路军声画院西侧，15年来，深受广大市民和游客的喜爱。随着张家界旅游市场逐渐发展壮大，艾莉和合伙人（两个表弟）选择将店铺搬到了火车站广场前方的国际旅游商业城。新店有了新的团队，装饰也在设计专业毕业的表弟周星辰坚持下，由原本的风格转变为了极简主义风格。

老店新故事

这是一个有故事的店。艾莉在店里遇上了校友并喜结连理，她的另一半表弟也在这里找到了另一半。李子文，美物的食物与甜蜜生活交织，不禁给人一种在这里能遇上爱情的错觉，而大多数流行的网红店铺就会抓住这些话题做营销。艾莉没有这样做，她说，只要能满足市民游客吃健康食品、养生食品的需求就行了。这正如他们“饱您口福、助您永年”的经营理念一样简单纯粹。

为了达到这一目标，店里每一道火锅的汤底都相当讲究。精选十余种名贵野山菌熬制的汤底，菌香浓郁、汤味鲜美、口感醇厚，用这个汤底来搭配任何一道火锅都能充分地释放野山菌的营养元素。在他们推出的松茸、竹荪、天麻、虫草花等营养锅底中，虫草花土鸡汤是最受欢迎的一种。

走进店里，大家发现店里的各个细节，无论是麦饭石的餐具、黑白素色的点菜单还是各色菜名都在不约而同烘托极简的氛围，价格适中且不失品位。随着诱人的菌香袭来，记者与同行的小伙伴们按捺不住体验了一番。用餐前，店员用小碗给每人盛了一份虫草花土鸡汤，菌类的鲜混合鸡肉的香味在舌尖上停留回味，食欲就这样被慢慢激发了。

店员根据人数合理搭配好了菜品，主菜为野山菌火锅，食材可自由搭配。

除此外还有糖醋排骨、夫妻肺片、金丝沙拉虾、红糖糍粑等凉菜、热菜、小吃类，色泽与摆盘自然是讲究，口味囊括甜辣酸咸，老少皆宜，能充分满足一桌人的口感。更值得一提的是金丝沙拉虾的香脆和红糖糍粑的软糯不腻，令人回味悠长。

离店前，记者采访了一位台湾地区的钟女士，她肯定地说，店铺很是讲究，菜品营养美味。七天的张家界旅途中，黑竹沟给她留下了深刻的印象。



生活点滴



中华传统插花之美

作为中华传统文化中独具特色的一门艺术，插花极富自然之美，不同于西方插花的色彩浓郁，中国插花偏于淡雅，更重意境美。明代园艺家计成在其著作《园冶》中所说的：“虽由人作，宛自天开。”

中国插花有着3000年的悠久历史，在每一朝每一代的发展中，插花艺术都不断吸收、融合新的文化元素。无论是儒家、道家还是佛家，在插花中都能找到它们的思想的影子。中国插花的作品中，每一个构成元素往往都有着它的文化意义，如梅的凌寒傲骨、菊的隐逸逍遥、莲的清净圣洁、兰的高雅君子等，整体的结构美，加上每一个细节的深远含义，

使得中国插花禁得起仔细鉴赏、品味。

中国插花不是简单地将材料结合、造型，而是以形传神、以景融情，插花的容器也灵活多变，有盘、瓶、碗、缸、筒、篮等六大容器，可随着环境的变化，和所想传达的理念，贴合意境选用。而选用容器的材质、大小，在传统插花中也很有讲究，以瓶为例，《花瓶谱》中有载：“冬春宜用铜瓶，夏秋宜用瓷瓶，书室宜小瓶。”

中国的插花艺术，最早起源于春秋战国时期，至汉代发展出了基本雏形，盛唐时期，随着社会经济的繁荣，插花艺术飞速发展，开始有了明确而

细致的规矩、讲究，日本花道也是在这一时期，由遣唐使从中国学习带回的。至宋，更多理学思想融入到了插花之中，人们对于插花意境的营造、理念的传达更加重视。明代，传统插花艺术全面繁荣，在形式、内容上极大丰富。从清代开始，中国插花艺术逐渐衰落，一直到近代才开始复兴。

2008年，传统插花正式被列入我国第二批国家级非物质文化遗产名录。中国作为插花文化的起源地，花道在外国发扬光大，国内插花文化却因历史的变迁几近断流，但也正因如此，美丽自然、意蕴深远的插花艺术应该得到国人更好的保护和发扬。（本报综合）