



真老大房青团已经上市

江南人把春天里第一次吃青团叫做“尝春”，寓为品尝春天的味道。最近，沪上多家老字号的青团已经提前上市。那么，今年老字号推出的青团品种有啥特点？上海人究竟喜欢吃哪种口味的青团？本期新闻晨报·周到《上海会客厅》节目，走进上海多家老字号门店实地探访，同时邀请文化界和艺术界嘉宾分享他们对青团的看法和回忆。

2月6日（正月十六）起，杏花楼的门店开启青团销售。在福州路杏花楼总店，记者透过橱窗玻璃，看到点心师傅们正在制作青团。而咸蛋黄肉松、荠菜鲜肉、鸡丝培根等口味的现制现售青团已摆上柜面开始销售。

杏花楼今年新推出了3款组合包装，目的是将几种人气组合搭配，最大程度满足消费者口味。其中一款组合包装是杏花楼与敦煌博物馆的联名款，里面的3种青团分别为咸蛋黄肉松、奇异粉、紫薯豆沙口味。而外包装融入了敦煌特色文化飞天舞女，飞天舞女悠然起舞，跃然纸上如花绽放，有道是“飞天仙女寻春味，花团锦簇品青团”。

经过南京路时，记者发现有市民在沈大成门口排队购买青团。原来，沈大成总店的糕点部在新春期间已经回归南京路，而总店仍然在焕新升级当中。作为中华老字号，沈大成青团软糯可口，老少咸宜。

真老大房也在本周启动青团销售。真老大房工场部负责人、高级烘焙师陆岚师傅向记者讲述了手工青团大致的制作过程，早上4点多开工，先是糯米蒸40分钟，然后调竹叶青汁，糯米面团加油，外皮成形之后，糯米团子称分量，包入豆沙馅，再上包装纸。

真老大房的青团采用竹叶青染色，陆岚师傅解释说：“艾草的缺点一是颜色不纯，青团成品会有黄色，顾客会误以为是青团变色了；此外，艾草制成的青团会有一股中药味在里面，所以我们在前两年改为竹叶青，因为竹叶青不是化学染料，而是纯竹叶提取物。”

大富贵在2月8日（正月十八）晚宣布青团上新，今年新品是生椰拿铁青团，椰蓉丝的清香搭配咖啡，中和了咖啡的微苦，零售价为9元/只。而大富贵的豆沙青团作为百年传承的经典品种，仍然广受好评，有老食客评价说“这味道百吃不腻！”

在新雅粤菜馆，售价10元/只的川香牛肉青团是今年推出的新品种，据店员介绍，口感可能略带一点点辣味。而新雅粤菜馆在海报上力推的腌笃鲜青团，为这家老字号多年前独家首创，对一些上海市民仍有一定的吸引力。

价格方面，杏花楼、新雅、泰康等几家老字号的豆沙青团价格略有上调，但整体涨幅不大，如泰康一盒豆沙青团仅上涨了1元；真老大房豆沙青团价格仍然维持不变，而黑洋酥青团单只价格上调1元，杏花楼现制现售的咸蛋黄肉松（一盒6只）从去年的52元调整为55元。



市民在新雅粤菜馆购买腌笃鲜青团

杏花楼

现制现售青团

咸蛋黄肉松青团 55元/盒/6只

荠菜肉青团 50元/盒/6只

黑椒牛肉青团 50元/盒/6只

鸡丝培根青团 50元/盒/6只

杏花楼现制现售青团价格



传统青团馅料都是甜口的

杨忠明：上海作家、金石家、旧闻家，熟悉老上海旧闻轶事，出过《老上海文玩》《老上海琐记》等书

清明时节，江南一带有吃青团的风俗习惯。青团在各地叫法和吃法不同，上海、宁波一带叫青团，杭州一带叫清明团子，南京叫春团、清明团，金华叫清明果儿，赣南叫艾米果。江南有些地方用荠菜或是青菜汁加在湿米粉中，湿米粉也呈青绿色，但远没有艾草的清香味。昆山做青团用野生的嫩艾叶草或浆麦草捣碎取绿汁，加大米、糯米粉，馅是猪油豆沙，在包馅时，另放入一小块糖猪油。制成后放在笼里蒸熟，出笼时用毛刷将熟菜油均匀地刷在青团表面，软糯湿润，有一股艾草的清香，满口是春天的气息。

在上海和苏州，传统的青团馅料其实只有两三种，且都是甜口的，例如豆沙、芝麻馅等。而现在新品种青团是五花八门，腌笃鲜、榴莲、芒果、紫薯、蟹粉、黑松露、牛油果馅料的，还有黄色、粉色、巧克力色的青团也有。

我记得上海沈大成糕团店的青团最有名气。1960年代初期食品匮乏，我曾去沈大成排队买青团，等了2小时才买到十只，好像是5分钱一只。杏花楼、乔家栅、王家沙、德兴面馆、光明邨、五芳斋、大富贵、沧浪亭、真老大房、新雅粤菜馆等店，青团各有特色。上海青团品种很多，有用荠菜、马兰头、豆腐干、鲜肉等做馅料的，有用猪油豆沙、咸蛋黄、松子仁等做馅的。如果青团颜色发黑发褐色，一般是碱放多了。青团有偏硬有嚼头的，有偏软糯的，有用艾草做的，有用麦青做的，味道和青香气、色泽都不一样。今年吃青团，我还是喜欢荠菜、马兰头豆腐干口味。

我还是欢喜传统口味青团

胡宝谈：沪语作家，曾先后出版《弄堂—上海话》（上海书店出版社，2011年出版）《上海夜笔记》（上海大学出版社，2016年出版）《弄堂》（上海大学出版社，2022年9月出版）

我吃青团还是欢喜传统口味——豆沙青团。以前，上海滩青团也就是3种味道，豆沙、黑洋酥、鲜肉，没现在这么多花头。我小时候住在八仙桥附近，买青团是在金陵东路上一片消

失了三十多年的老店，名曰天香斋。不知道还有多少老上海记得这家店。

王家沙这些年推出的新口味我也都吃过，咸蛋黄肉松、马兰头、松茸虾笋……吃来吃去，觉得还是豆沙合我胃口。我想可能是豆沙和青团的“糯”结合得最好。

我小时候吃青团也就是清明时节意思意思，和立夏吃蛋差不多，应时，不像现在当点心吃了。

最近两年，我都是手机下单买青团。例如盒马卖的青团既有老字号的传统口味，也有很多奇葩口味。记得有一款名叫“肥汁米线青团”，我算是欢喜尝试新事物的，想了想还是没下单。记得还吃过一种“蛋蛋青团”，据说其创意来源于上海水潴潭，这种青团里的“蛋白”用的是酒酿和水麻薯，试了一试，酒酿蛮特别的，有点开胃，不算难吃。这两年，沪溪河在上海开了很多连锁店，我吃过它家的“草莓桑葚青团”。不管如何，我觉得最终还是豆沙青团“乐惠”，这或许是和上海人的味蕾记忆有关吧！

小时候，青团是一小口一小口慢慢吃

丁迪蒙：沪语专家，上海大学语言学教授，著有《学说上海话》《听听说说上海话》《上海方言词语使用手册》《上海话读成语故事》《囡囡学童谣》《囡囡学成语》等多部沪语类出版物。

记得小时候清明快到时，我就盼着吃青团。因为家就住淮国旧旁边，沧浪亭点心店地处重庆路靠近淮海中路，糕团都做

得软糯好吃，所以我们只买这家的青团。

沧浪亭每天要排长队，卖完只能等明天。我家4个人，买8只青团。当时青团买来可能（距离清明节）还早两天，母亲便会放在碗橱里，告诫我不能“偷吃”，但诱惑实在太大了！常会去饱饱眼福，看看碧绿生清的青团也好。终于可以吃了，那是一小口一小口慢慢吃，吃到里面的赤豆沙，又细又甜，真是美极了！

记得那时候买青团也要用粮票的，男孩子多的人家就常会吃不到。因为孩子定量少，每个月每人只有四两油票。后来，我吃到过其他店的青团后才知道，同样叫青团，差别竟然如此大。上海人喜欢的糕团店还有乔家栅，它家的青团也是很好吃的。所以，当时住在市中心的老上海人家，清明前后大多数会去这两家店买青团。

晨报记者 严峻嵘 摄影报道

物资回收

高价收旧书 画银元家具

大正堂高价收旧瓷器.玉器佛像.香炉.印章.砚台.旧扇子竹木牙雕.古纸币.旧箱子像章.小人书.旧旗袍等免费上门估价

南昌路611号近襄阳南路 太原路327号仕宝堂 52733361 13564330778

物资回收

为民调剂

本店以雄厚的实力,收购旧红(白)木家具,新旧字画,名人信札,旧书碑帖,连环画,邮票,钱币,像章,旧瓷,旧玉,紫砂,竹木牙雕,文房用品,及其它古玩杂件,名贵酒类,阿胶,工艺品等。

徐汇区宛平路1号(近淮海中路) 63232582 13701722984 沙先生

单喆胤遗失中华人民共和国律师执业证,证号13101201010950840,声明作废。

公告

于建鸣,男,身份证号:310109195711093257,于2012年4月6日宣告死亡。请家属于30日内联系浦东公安分局郑警官,13386284716。

公告

艾发留,男,身份证号:530127720530351,于2004年7月26日宣告死亡。请家属于30日内联系浦东公安分局朱警官,18101775006。