

汉堡、面包纷纷被压成“月饼”，是“饭缩力”还是中秋仪式感新解？

“再造月饼”在社交平台上兴起

月饼不是一种食物而是一种形状？万物皆可压成“月饼”！

还有不到半个月，中秋与国庆双节将至，申城的月饼季早已悄然拉开帷幕。就在各大商家绞尽脑汁推出新奇馅料、比拼创意之际，一股来自民间的“再造月饼”风潮，正悄然在社交平台上兴起。

新一代消费者们不再执着于馅料本身，而是拿起传统月饼模具，将汉堡、蛋黄派、豆沙包等各种各样与月饼八竿子打不着的食物硬塞进去，压成那枚圆润、刻花的“月亮形状”。“一分钟制作月饼”引来八方点赞。

这其中，以“汉堡压月饼”尤其惟妙惟肖。热爱汉堡而不爱月饼口味的网友将“月饼，饭缩力”刷上了热搜，意指汉堡变作月饼模样后就令人食欲大减。而如此热搜，又引来了月饼爱好者的不满……

当汉堡被压成“月饼”，“饭缩力”调侃引来反驳

最近，有“脑洞大开”的网友将一个圆滚滚的小汉堡塞入月饼模具，压出了一个和传统月饼外形几乎一模一样的“汉堡月饼”：与广式月饼相似的棕黄色的表面上是熟悉无比的花纹，中间还有“中秋”两字，如果不看边缘溢出来的牛肉和酱料，那俨然就是一个老式“月饼”。

这条视频迅速引发连锁反应，“月饼，饭缩力”这一话题也随之登上微博热搜。

什么是“饭缩力”？该词为中文网络新流行语，与表示“令人食欲大开”的“饭张力”相对，泛指因食品外观、氛围或心理暗示导致的食欲下降。在这里，指的是原本令人垂涎的汉堡，在被压成月饼形状之后，仿佛就失去了其原有的诱人光环。

为什么会出现这样的心理？有网友总结：汉堡的“随性饱足感”被月饼“又甜又腻”的刻板印象覆盖了。还有人感叹：“爱堡如命的我，瞬间不爱了。”

然而，反驳的声音也出现了，喜欢月饼的朋友们开始针锋相对：“我必须发声，好吃的月饼也很多”“难道汉堡就很有饭张力？我更喜欢自家寓意深远的传统美食……”



也有中立理性派表示：“大小分量又没变，只是形状变了而已”“从食欲上没有差别，只是突然感觉从咸的变成甜的了”。

万物皆可压“月饼”后，手工DIY党带来“进阶版”

然而，汉堡压月饼的风潮并没有止步，随着这一现象的走红，越来越多的网友开始加入其中，利用月饼模具制作出各式各样的“创意月饼”。最初，这些“月饼”基本上是将现成的食物压成月饼的形状：

老式的豆沙面包用来压月饼，颜色和大小都正好！

蛋黄派，也是黄色的，压制成型后略显单薄；那就两颗拼一颗！

就连中式白馒头也被盯上，用力压一压，压出一个“白月饼”来——只是太蓬松了，压出来的“月饼”竟然还回弹了一点……

近年来每逢中秋季，月饼市场集体“开卷”。从早前的梅菜扣肉、牛蛙、辣条“万物皆可入馅”，到后来“卷”饼皮、“卷”减糖、“卷”派别，商家竭力在馅料、工艺、理念等方面做文章，试图吸引年轻消费者。然而未曾想，年轻人跳出了“如何改进月饼”的思维，直接颠覆了月饼的“本体”——用模具将非

月饼类食物“盖章认证”为“月饼”。

“一分钟做好一个‘月饼’！”有美食博主发布“教程”，只见他将面包塞入月饼模具，很快就压出一个像模像样的“月饼”，随后享受地吃了起来。

不过，这种“万物压月饼”的方法毕竟有点“简单粗暴”，于是，一些手工爱好者们很快发明了“进阶版”。

例如，一位网友分享了她的“懒人月饼”做法：她将切片面包包住馅料后，塞入月饼模具，压出形状，再刷上蛋液，最后放入空气炸锅中烤制——整个比直接压月饼又多了份仪式感，但与传统月饼DIY那繁琐的和面、拌馅、包制等多道工序相比可是轻松了许多。

相似的创意还有人用的是馒头——将馒头掰碎后揉捏，加入豆沙馅后再压入月饼模具，经过烤箱的烘烤后，热乎乎成品不仅有月饼的形，还有月饼的“烘烤气儿”。

年轻人用“创意爆改”来参与传统节日

将汉堡、包子、蛋黄派压成月饼，表面上看，像是一场部分年轻人对传统月饼发起的“调侃式反抗”，甚至带点对高糖高油传统口味的小小“嫌弃”。但从深层来看，却体现了

他们即使对传统食物本身兴趣有限，却依然不愿缺席节日仪式感的复杂心态。

端午粽的历史，众所周知和纪念屈原有关。但说起吃月饼的历史，知之者则甚少。一说最早可溯源到商周纪念太师闻仲的“太师饼”；又说和汉朝张骞出使西域有关；还有研究称唐朝已有类似食物。更主流的观点是，月饼发展于宋——大文豪苏轼就曾写过“小饼如嚼月，中有酥和馅”的句子，生动描写其形态与口感，与现代月饼非常相似。至明清以后，月饼逐渐定型为如今我们所熟悉的节庆食品。

尽管这些历史细节并非人尽皆知，但月饼作为“团圆”的象征，却深入人心。其圆形造型，既是对满月的模仿，也是对家庭圆满、生活和谐的美好寄托。

正因如此，相比馅料与口味，月饼的“形状”所承载的符号意义在中秋节中显得更为核心。有些年轻人虽不喜欢吃月饼，却依然愿以创意方式参与进这场仪式中来——哪怕只是把汉堡压成月亮的样子。

“思维打开了，不爱吃月饼的年轻人正用自己的‘爆改’办法来体验传统节日仪式感。”市民小陈这样评价。

记者观察：

“邪修月饼”也有中秋情

这个中秋，热爱月饼的你或许依然会选择一枚传统的莲蓉双黄月饼，配一壶清茶，与家人共赏月圆；又或许，不爱吃月饼的你拿出刚到货的模具，把手边的餐包零食压成月饼的样子，时隔多年再次啃上那枚“圆”。

月饼一定要是面团、糖浆和馅料吗？当然不。上海人酷爱的鲜肉月饼就是咸口，还有一些品牌的冰淇淋月饼，将巧克力做壳，冰淇淋做馅，早许多年已经爆改了月饼本体。

所以，这些网友们看似“胡闹”的举动，或许正是年轻人参与与传承的另一种方式。无论你是热爱正经的传统月饼，还是喜欢不正经的“一分钟压月饼”，抑或是两者折中的DIY懒人“月饼”，本质都是对“团圆”寓意的向往与守望，延续着我们对中秋文化的深厚情感。

晨报记者 徐妍斐

粉丝大排长龙抢限定，首发粉皮香氛挂件

“黑皮女明星”Hello Kitty 快闪亮相上海

上海街头入秋准备中，tbh家居携手Hello Kitty，“粉可可公寓”限时空间落地上海市延庆路25号，首发粉皮香氛挂件等线下限定款，引发大量年轻人排队购买。10点半不到，快闪空间外已经排了近30人等候11点开门，记者在现场看到，快闪店还原了复古经典的公寓装潢，大排长龙的景象也吸引不少附近市民驻足围观，不过实测店面小，虽然甜酷拉满，体验上还有这些小问题……

粉丝为上海限定单品而来

“现在排队的人还算少的，前天排了有上百人，一路排到了马路那头的小区门口了。”店员告诉记者。记者了解到，这家店是在原址上二度开放，今年5月-7月已经举办了一次快闪，在社交平台卷起分享浪潮，这次开业，则为顾客带来Hello Kittyx tbh全新“粉可可”家纺系列产品，品类涵盖家居家纺和都市生活小物，风格上以丰富材质演绎限定配色，浓郁可为野性豹纹注入新色，清新粉红色跳跃其间。

记者注意到，由于是原址上第二次开放，不少之前来过的年轻人带着上次买到的萌物

特地前来打卡，这次快闪活动更有2款线下独家限定单品，一个是自带玫瑰香味的粉皮挂饰，与随身镜二合一，还是萌萌的翻盖手机造型；另一个是不锈钢保温随行杯，使用经典豹纹图案，还配了一个mini包的挂件，拿在手里手感也很舒适，从出单率来看，前去买单的顾客手上基本都拿了这两款货品。

甜酷拉满的citywalk，还有这些小问题

记者看到，由于店内面积不大，堆放物料有限，翻盖手机造型香氛挂件、水杯、抱枕、化妆包等小型家居选中后可直接问店员拿到全新货品，而想要购买毛毯等偏大件的货品时，需要等待工作人员去附近的仓库拿过来，再进行买单。此外，店内也未设置试衣间，且一批次只能进去10个人购买，导致排队时间有所拉长。

虽已是9月下旬，上海的天气依旧闷热，记者看到在店外排队的人不停地用帽子、单页、手机等物品给自己扇风，此外，排队区域属于马路人行道区域，没有椅子，有市民吐槽“为了入手黑皮Kitty，也是‘罚站文学’照进



现实了属于是。”而国庆假期将至，节假日期间这里的客流可以预见到会更加夸张，针对此种情况，记者询问现场工作人员，工作人员称暂无其他方式能够改善排队和进店体验。

多位顾客表示理解，刚开业快闪店向来如此，小黄无奈地笑道：“热门活动都这样，我上次来排了一个半小时，这次也是冲着线下限定的挂件来的，对这个情况已经有心理准备，这次排了半小多钟头，虽然感觉时间格

外漫长，但比之前好多了。”

记者了解到，店铺将持续至11月底，万众期待的国庆假期将至，多地将推出精彩纷呈的IP快闪活动，上海的二次元氛围正在满负荷加载中！若你想感受三丽鸥黑皮限定女明星的日常，可以去探寻这个Hello Kitty“粉可可公寓”限时空间，来一次甜酷拉满的citywalk！

晨报记者 王丽芳