**【空中学习舱-经典大咖课】**

**品味传统节日**

**第五讲 清明节里的一抹绿**

主讲人：李华

南京市天正小学语文老师

南京市鼓楼区语文学科带头人

儿童阅读推广人

全国“百班千人读写计划”导师

“节日你好”公众号主创

爱上经典·品味我们的节日！大家好，我是南京市天正小学的李华老师，今天我们的课题是清明节里的一抹绿。

清明既是节气，又是节日的一个特别的日子。“寒食春过半，花秾鸟复娇。从来禁火日，会接清明朝。”寒食前后的几天里，家家禁火要吃冷食，到了宋代，因为寒食与清明靠得比较近，内容也相似，这两个节日就二合为一了。我们现在说的清明要扫墓，祭拜祖先，也要踏青赏景，追逐春天，是一个享受大自然美好的日子。一壶黄酒，几盘小菜，两支蜡烛和一炷点燃的细香，再加上几个青团，郑重地摆放在先祖的墓前，我们按照长幼之序一一跪拜行礼，彼此心底的思念与祝福成为爱的连接与传承，无论时空，血脉依旧相连。

江南的清明有吃青团的习俗，这和一位了不起的贤君有关，他叫太伯，是第一位吴国的君主。作为长子，他本来可以继承王位，可是当他发现父亲有立贤明的三弟季历为继承人的想法之后，便和二弟仲雍逃奔到了荆蛮之地，文身断发表示不再继承王位。到了荆蛮之地以后，他被百姓拥立为君主，尊称为吴太伯。太伯定都梅里，兴修水利发展农业，深受大家的爱戴。因为太伯成就了两家天下，一是把周朝王位让给了三弟，二是和二弟仲雍无畏艰险，开发江南。他去世以后，又把王位让给了二弟，为后世吴国的强大打下了坚实的基础。于是清明时节做上一点青白团子，来纪念这位贤明的君王，成为我们老家的习俗之一。这是一种祭奠先祖的仪式，更演变成为一种无声的教化，做人也要像太伯那样清清白白，光明磊落。

家乡的青团青色来自清明前后刚长出的麦叶，将糯米磨成细粉，再按一定的比例与面粉、水调和，加入青汁，粉里就有了一抹翠绿。包青团的馅料也非常有讲究，豆沙馅的除了细磨滤沙之外，还要拌以浓厚的猪油与白糖，上了笼屉之后，大火一蒸，那面皮的翠绿变成了油光光的深绿，让你忍不住被香气和翠色所诱惑，咬一口那饱满浓郁的豆沙，裹着麦叶的清香，在口腔里交织，让你今后无论走到哪里，依旧会顽固的牵挂着家乡的那口最香、最甜的青团。好了，今天的课程就说到这儿，我们下期再见！

答题时间到！下列选项中，哪一位是吴国第一位君主？

A太伯

B季历

C仲雍

正确答案就是:A太伯，同学们答对了吗？