

# 今天,你烘焙了吗?

从街边随处可见的面包、蛋糕店,到朋友圈中的巧手达人不时晒出的手工西点,可以说,烘焙正在成为一种潮流、一种让大家放松的生活方式。提到烘焙,你的脑海里最先浮现出的是哪些词语? 甜蜜、快乐、温暖……这些代表着幸福的词汇让烘焙不仅仅是果腹之举,更让人们充满力量。本期闲情,让我们走近那些与烘焙有关的人与故事。

## “烘焙”甜蜜生活

株洲晚报融媒体记者/易蓉

一份鸡蛋、奶油、面粉、白糖,通过揉搓、发酵、烘焙、装盘后,就变成了一份软糯香甜的纸杯蛋糕,空气中都弥漫着幸福的味道,充满了治愈的力量。

这就是烘焙的魅力。在株洲有这么一群热爱烘焙的人,对她们而言,烘焙就像一剂良药,解压而治愈;烘焙还像一场细腻浪漫旅行,赠人甜蜜的同时,手留余香。



▲烘焙成为亲子游戏,杨依芸和李婷的宝宝一起做烘焙。

### 浪漫“修行”解压治愈

一个闲暇的下午,李婷又开始了“甜蜜之旅”。

她拿出烘焙材料、烘焙工具,开始在属于自己的小小空间里创作,1个多小时后,一份松软不腻、入口即化的戚风蛋糕就新鲜出炉了。那一刻,晚上值班的疲惫一扫而尽,沉浸在甜蜜的香气中做着自己喜欢的事情,是她觉得最快乐的时刻。

“我觉得烘焙解压又好玩。”李婷告诉记者,作为一名市妇幼保健院的手术室护士,工作时精神处于紧绷状态,还时常要上夜班,急需解压的她从一次偶然的烘焙体验中找到了“出路”。

她记得,那次朋友喊她去家里做手工烘焙,做一款戚风蛋糕。戚风蛋糕是适合入门级新手学习的基础型蛋糕,制作工序相对简单,蛋糕口感软绵蓬松,老少皆宜。但越是简单,越考验耐心。

### 赠人甜蜜 手留余香

和李婷一样,烘焙也一直是杨依芸的心头好。

“烘焙对于家人间的情感关联,有着非常好的促进作用。每当我能够亲手为家人烘焙出一些蛋糕、饼干,向他们表达自己的关心和爱,就觉得生活非常美好。”杨依芸说。

家人的喜爱是她做烘焙最大的动力和快乐源泉。

刚刚满4岁的女儿是她头号粉丝。“妈妈,我想吃纸杯蛋糕”“妈妈,我想吃泡芙”“妈妈你做的蛋糕是最好吃的”……面对女儿的诉求和反馈,杨依芸从一名烘焙新手成了烘焙“里手”,只要是女儿想吃的,她都会学着做,而且颇有些天分在身上,往往一学就会。

“现在基本上只要看一遍做法,我就会做,而且还会根据家人的口感需求进行二次改进,算是天赋派了。”她笑着自夸说。

“戚风蛋糕又名‘气疯’蛋糕,有时候奶油没打到位,蛋清蛋黄比例调配不当,口感就差之千里,如果没有耐心的话,经常会把人气疯。”李婷说,就在一次又一次尝试中,她不仅没有被“气疯”,还爱上了烘焙所带来的静心专注的乐趣。

这一爱就是5年。如今李婷的家里,打蛋机、微波炉、烤箱、蛋糕模具等设备一应俱全,为了学做甜品,她购置了齐全的设备,戚风蛋糕、蛋糕、生日蛋糕、榴莲千层、曲奇饼干、欧包……都是她的拿手好戏。

“烘焙不重样,新鲜又好玩,每做一次都是全新的挑战,每次做好了都很有成就感。”李婷说,“最近看了电视剧《梦华录》,想挑战中式点心,而且自己也是中医科的护士,想结合阿胶等中药材做糕点,也算是发挥专业特长了。”

老公则是“激励”她的第二号粉丝。“杨大厨这么厉害,给我做个葡式蛋糕呗!”“做个香软欧包呗!”老公时不时给杨依芸出“考题”。

蛋糕难度不大,但欧包却是杨依芸的“短板”。欧包看似简单,但实际上非常考验揉面功夫,揉面时间长短、力度都决定了最后成品的口感,杨依芸尝试多次后,才成功突破“考验”。

但考验还在“升级”。“你看一遍就会,那就给我做道宫宴鸡豆花吧!”“做就做,谁还怕呀!”3年前,杨依芸对老公许下“承诺”。

这道像菜又像中式点心的鸡豆花难度系数很高。鸡豆花是入选国宴的菜品,为川中清淡醇厚的代表菜之一。从西式烘焙转向中式点心,杨依芸说这算是某种意义上“跨界”。

“今年,应该能兑现承诺吧。”杨依芸笑着说。

### 微信里的烘焙小姐

不记得什么时候加的她,应该是在一个小型吃货群里,群主推荐她做的麦片。她在里面偶尔说话,但没推销过自己的产品。一群吃货赶紧加了好友。翻几页朋友圈,看到她刚辞职,原先做的工作和烘焙完全不搭,临近30岁,决心改变生活。

一月,她租了房子做工作室,动手安装宜家买回来的家具,在朋友圈吹嘘40分钟完成一个顶天立地的柜子,是标准的汉子。

二月,辛勤工作,每天发布当日供应的小食名称。不接临时订单和急单,态度拽上天,生意却相当不错。每天晚上都会拍自己的记账图,秀一秀当日送货单据,晒笔记本上长长一串记录。招了个男助理,应该是“闺蜜”关系,常晒欢乐的工作照。

五月,应该是恋爱了,并没在朋友圈直接吐露,只是三天两头提前打烊。有一天说要去土耳其旅行,去坐热气球,画了满满的攻略。出门后每天发各种图片,旅行的点滴细节,照片里笑得阳光灿烂。

六月,要搬去更大的工作室,开了新的微信公众号,把以前写过的影评、菜谱、游记,统统搬了进去。然后兴致勃勃写对未来的规划。

八月,装修快结束了,她参与了设计。房子大,里面有一张看起来不错的长餐桌。她说,大家以后可以报名来交流烘焙,喝她的手冲咖啡,愉快地聊天,讲一讲别人的坏话。

九月,她说昨晚喝多了,坐在深夜大街上不管不顾淌眼泪觉得那体验爽极了。然后下午又说,那位今天收货要是打开包装看到里面有一个咬了两口的粽子,是她的午饭,稀里糊涂放进去了。

中秋节,微信里的烘焙小姐只身回到家乡,说自己从Vivian变回穿大棉鞋的秀兰。又过几天,敲黑板问,有没有人愿意请她吃饭,她想有个借口换件衣服出门看看这繁华人间。

在手机,在一个叫微信的App里,人们展示自己的生活动,也许不是全部,也许是修饰过的某个横截面。当我是看连续剧一样,目睹烘焙小姐们的喜怒哀乐,我也有着微微的不安和抱歉。我抱歉的是,如我这样的中年,连修饰过的横截面都不愿展示了,因为不想只把自己美好的那部分呈现出来,但也不想把情绪的全部托付给微信,为了忠实于生活,选择了缄默。

十一月来了,人们换上厚外套,更深入地遮蔽起真心。低下头,隔着屏幕,看烘焙小姐依然在日历上有声有色地行走着。日子流水般向前,我知道有一天她又会遇到正确的左先生右先生,又会投入恋爱,斗志昂扬地搬到更大更远的工作室。也许或许还是一个人,每天发十几条微信,晒出独份的晚餐。或者慢慢开始沉默,在微信里渐渐销声匿迹,就像,也曾年轻过的我们。 (柴米有言)

### 影片

片名:朱莉与朱莉娅  
导演:诺拉·艾芙隆  
主演:梅丽尔·斯特里普、艾米·亚当斯、斯坦利·图齐  
类型:剧情、传记  
上映时间:2009年8月

#### 剧情介绍:

该片在全美取得了9413万美金的票房,讲述了相隔50年时空,来自浪漫法国的朱莉娅与来自美国的朱莉,因为一本《掌握法式烹饪艺术》的畅销书,打通时空产生链接的成长故事。

朱莉娅生活在上世纪40年代的美国,跟随自己的外交官丈夫到法国生活。本是一名文员但热爱烹饪的她,选择去法国烹饪学校上课,和一群男厨师们PK,一路过关斩将,终于在近40岁的年纪里出了一本名为《掌握法式烹饪艺术》的畅销书。朱莉娅生活在上世纪90年代,是个年轻的美国姑娘,现实生活中是个普通的上班族,每天挤着地铁通勤,日常工作就是处理各种投诉电话。看似没有尽头的无望生活中,她决定把偶像朱莉娅《掌握法式烹饪艺术》书中介绍的524道美食亲手制作出来,并在制作过程中开通了博客,每日记录心得体会,慢慢收获了粉丝,变成更好的自己。



# 孩子去哪儿?谁来搭把手? 家长的“暑假烦恼”亟待化解

策划/黄永新 执行/株洲晚报融媒体记者 戴凛

暑假拉开大幕,孩子们迎来了开心的时光,但不少家长却开始变得焦虑——孩子去哪儿?



市第二工人文化宫图书馆,每天众多孩子来看书。 记者/何春林 摄

### 有的孩子成了“上班族”

本周一,即将跨入三年级的小李开始了“上班族”的生活。

每天早晨7点半,他和妈妈一起吃早饭,再一同赶往妈妈的工作单位,开始一天的生活。

“孩子爷爷奶奶的年龄大了,交给他们带不合适,只好把孩子带在身边一起上班。”市民周女士无奈地说,如果把孩子一个人放在家里,一方面是安全上不放心,另一方面是怕孩子学习不自觉,权衡之下只好带到单位。

像周女士这样的情况还有不少。王女士说,她和几个同事把孩子带到了单位,将孩子们安排到一间办公室做作业。但她坦言,这都是职工们的自发行为,哪天领导或者其他同事有意见了,就只能立马解散。

还有的夫妻为了分担带娃压力,采取一人管理一天的模式,孩子每周会去两个单位“上班”。

### 图书馆等地成“寄存处”

但并非所有家长都能把孩子带往工作单位,于是图书馆、市民中心等公共场馆成了孩子们假期的“寄存处”。

昨日上午,记者在市图书馆看到,不少小学生在阅读区看书、做作业,身边并没有家长的身影。

10岁的小吴说,爸爸早上把他送到文化园门口就去上班了。图书馆很凉快,还能随时翻阅课外书籍,比家中学习的环境好多了。他已经连续来了一周,后期还打算继续坚持下去。

吴爸爸表示,假期原本想把孩子送到乡下老家,但是乡下水塘多,害怕孩子私自玩水,所以还是留在了株洲。经权衡,图书馆安全性更高,也有很好的学习氛围,所以把孩子放这。

“进入暑假,图书馆里每天都座无虚席,以学生群体为主,借阅图书的人数也不断增加。”市图书馆相关负责人介绍,以位于文化园的图书馆为例,每天接待的读者超过了3000人,比平时多出了约2000人。为此,市图书馆上架了上万册新书,有学校指定的课外读物,还有各种畅销书籍。另外,市图书馆针对中小学生学习群体,策划了读书会、故事会、观影等活动。

### 托管花样多,但实际效果不理想

针对假期孩子无人管理的问题,近年来,我市一些机构也推出了形式多样的暑期托管班。但记者发现,这些班其实就是艺体培训,加之课程时间较短,家长还必须在上班期间抽空接送孩子。

李先生给孩子报了一个羽毛球托管班,课程时间是上午9点至11点。由于上班期间走不开,他只能在上班途中提前把孩子送到托管场地。孩子下课后还得继续在场地里逗留一段时间,等他下班去接。

有的社区,志愿者会组织公益活动,但每周仅有两次,且时间只有2小时左右,托管效果不明显。

当然,也有部分全托类暑期艺体班,但高昂的价格让不少家庭打了退堂鼓。

罗先生说,他了解到的一个暑期托管班可选择多项艺体培训项目,月托管费接近4000元。他家有俩孩子,如果同时报班,月花费要近8000元。

### 一些社区公益托管班已停办

多年前,我市一些社区曾举办过暑期公益托管班,因课程轻松丰富、接送方便、价格低廉,受到不少家长追捧。但记者日前走访发现,很多暑期托管班在疫情发生后已经停办。

采访中,多位家长表示,他们对托管场所的要求其实很简单,安全、凉爽即可,可以接受每月交1000元左右的费用,但现在几乎没有这样的托管机构。有的公益托管班,托管期限只有一周到两周,过了这段时间,家长又要为孩子的去向发愁。

去年暑假,有家长在株洲“马上就办”问政平台上提出建议,希望相关部门能举办一些公益性托管班,可适当收取费用,让家庭以自愿的模式参与,以便缓解上班族父母暑假带娃难题。

相关部门在回复中表示,会积极向上级部门反馈和协调。不过目前来看,仍无实质性进展。

### 有的单位已推出职工子女托管班

“我的妈妈是一名医生,每年暑假我都是一个人在家,现在有了爱心托管班,我可以在这里和小朋友一起玩耍、做作业,真是太好了!”提到妈妈工作单位的爱心托管班,五年级的刘梓阳表示很满意。

为解决职工子女暑期托管难题,湖南省直中医院开办了职工子女爱心托管班。经过2个月的前期调研、精心筹划、周密部署,共有100余名小学阶段的职工子女报名参与,托管服务包含作业辅导、文体活动、特色课程等。

不只是上述单位,还有部分单位也在酝酿或已提供类似服务,解决职工的后顾之忧。

### 办好暑期托管 为更多家庭解忧

戴凛

暑假期间,如果让孩子独自在家,失去监督且自制力不高的他们,很容易沉迷手机游戏;交由老一辈代为看管,又担心老人有心有余而力不足,“放养”了事;送到校外培训机构,又并非每一个家庭都能承受高昂的费用。

其实,去年教育部已正式印发《关于支持探索开展暑期托管服务的通知》,引导支持有条件的地方积极探索开展暑期托管服务工作。北京、广州、深圳等地的教育部门,已陆续开办面向小学生的暑期托管班,解决了家长们的后顾之忧。

可见,提供暑期托管服务是为广大家长办实事、做好事、解难题的一项具体举措,是聚焦群众“急难愁盼”的有益探索。

当然,办好暑期托管也不能紧盯某一部,还需要更多部门和社会力量积极参与。共青团、妇联、工会、社区等组织都应发挥各自力量,形成合力。有条件的单位和企业,可合理利用自身的人才、场地资源,提供托管场地和服务项目,增进单位与职工的粘合力。

(记者何春林对本文亦有贡献)

### 开奖 (开奖日期:2022年7月14日)

双色球 第2022080期  
中奖号码:05 12 15 17 18 27 04  
3D 第2022185期  
中奖号码:8 5 1

排列3 第22185期  
中奖号码:5 4 5  
排列5 第22185期  
中奖号码:5 4 5 1 7

### 影讯 美达影城(7月15日)

<b>人生大事</b> 12:00 13:10 14:05 15:15 16:10 17:20 18:15 19:25 20:25 21:30 22:30	22:25 22:50 23:30 23:30
<b>侏罗纪世界3</b> 11:40 13:25 14:20 16:05 17:00 19:40 22:20	
<b>神探大战</b> 11:40 12:50 13:35 14:45 15:30 16:40 17:25 18:35 20:30	
<b>外太空的莫扎特</b> 17:50 19:20 20:20 21:15 21:50	
	芦淞区钟鼓岭七星潮流购物公园 五楼(株洲书城对面) 订票热线:28106878



微信公众号



微信公众号