

悠游·十八湾

东欧两记

| 阳美法公 文 |

利沃夫烤排

乌克兰的旅游城市利沃夫，是著名的历史文化名城，1998年，被联合国教科文组织列入世界遗产名录。咖啡、巧克力在此很有名气，人们来此争相品尝。但很多人不知道，利沃夫还有一项美食，让人吃了还想再来吃，那就是烤猪排。两年前，我来过这里，品尝过这里的烤猪排，回味无穷。这次来我把此美食介绍给旅友，大家都想吃，于是，转到老城区，找到了烤排餐馆。

餐馆开在老城兵器博物馆的地下区域，门前是一段下坡路，走下近一层才能进入，每天这里门庭若市。餐馆不接受预订，食客必须排队等候。我们排了近一个小时队，才轮到进入餐馆。餐厅不大，大约700多平方米，里面摆满了长条餐桌，很是热闹，有人吃高兴了，还在击桌歌唱。进入餐馆，有了餐桌，还得等，因为猪排是现烤现吃的，要等烤出来。由于商业秘密，我无法了解到这里每天的销售量，给我们当导游的中国留学博士郭先生，在利沃夫也开个小餐馆，比较了解情况，他告诉我们，这里的烤排材质好，采用本地新鲜猪排，经餐馆特殊方法蜜制后再烤，

大家都喜欢吃。他还说，这家餐馆是利沃夫所有饭店中销售量最大的。

进入餐馆大门，首先看到的是靠在墙边劈成段的木柴，一箱箱排放着。迎面所见是两只巨大的烤炉，烤炉直径在1.5米左右。炉子上正在烤着整条整条的排骨，每条有1斤多重。烤炉在转，烤肉小伙不时地翻动，让排骨烤得更均匀。木柴火烧得通红，排骨在架子上被烤得滋滋作响，油脂滴淌。柴火香，排骨香，弥漫在整个餐厅，更加勾起人们的食欲。在餐厅吃烤排，没有餐具，一律用手抓，用纸垫、纸围脖。男士用排骨图形围脖，女士用双乳图形的。餐厅服务员无论男女，腰间都佩带锋利小斧，排骨上桌，抡起小斧几下就斫好，每条斫成15—16块，大小匀称。前年来吃排骨，每条价格相当于18元人民币，这次涨了，每条价格相当于40元人民币。排骨斫好了，等了好久的我们终于可以动手动嘴开吃了。两块排骨下肚，大家赞声一片。是啊，烤排骨外焦里嫩，咸淡适宜，不油不腻，鲜美可口，就着啤酒、饮料，吃个痛快，最多的一位吃了26块。最后，来份烤饼当主食，再来份生蔬水果清清嘴。从烤排餐馆出来，一路上议论不

断，赞美不绝。有位长者说，这是我吃过的最好吃的排骨，美味难忘。大家不由联想起曾是无锡引以为傲的酱排骨，现在已很少人问津了。同样是排骨，市场命运不一样。无锡能否从中借鉴点什么呢？

明斯克围墙

明斯克，白俄罗斯的首都。飞机抵达明斯克，一进机场，所见各处均有中文指示，入境、提取行李十分方便，感觉很温暖。从机场出来，大路两旁也是浓浓的中国味，红旗灯笼及中文标识到处可见。原来，附近就是占地90多平方公里的中白工业园，今年已升格为白俄罗斯境内首个区域经济特区。我们在园区华商商务中心食堂用了午餐，然后去明斯克市区观光。

明斯克在二战时期伤痕累累，几乎被夷为平地。整个城市是在战后废墟上重建的。我们坐车从独立大道到胜利大道，但见马路两边的楼房都差不多高，6—7层的样子，楼房周边均为绿地，有的地方紧连森林，生态很美。看着看着，我突然发觉，所见楼房包括议会大楼、政府办公楼、纪念馆、

博物馆等都没有围墙。我问导游，导游说，你说对了。明斯克有公园、广场，有著名的斯大林防线，有中世纪城堡，还有总统卢卡申科在2010年宣布限制出口的“国家战略资源”白俄罗斯美女，但明斯克城里没有围墙。路经白俄罗斯国家安全机关大楼时，导游指着说，克格勃（俄罗斯至今仍使用这个称谓）大楼也没有围墙，但你们不能走近拍照，不然，一定会有人来制止你，甚至会处罚。明斯克无围墙，引起了我的关注，余下的时间，我留心作了观察，还特意到市区居民区看了看。在明斯克，郊外农村民居会有简易围墙或绿篱作围挡，在城区真的没看到围墙。无论是办公大楼、大学、马戏院、还是商店、酒店、教堂，都没有围墙，居民住宅区，也不是所谓小区，家家没有围墙。所有建筑都是与绿地、与自然生态直接相连通的。我不由为之感叹。

城市不用围墙，说明什么呢？以我管见，至少说明：城市规划建设和管理的水准高，城市的文明程度高，城市社会治安秩序好。城市不用围墙，扩大了城市空间，节省了建设成本，同时，优化了人与自然的融洽，提升人居环境舒适度，多好的利国利民之举啊！君以为呢？

情趣·健康桥

忆夏天

| 城南徐公 文 |

回忆中的夏天，似乎就是从那五毛钱一根的水果味棒冰开始的。虽然父母结婚时家中就置办了一台老式的单门冰箱作为母亲的嫁妆，但这台冰箱大多时候都只用来存放隔夜剩饭剩菜，难得才会在暑期放进去几支从镇上供销社冷库里购买回来的棒冰。

除了每年夏天去镇上，在爷爷工作的供销社可以买到五毛钱一支的水果味棒冰，杀杀肚里的馋虫之外，更多时候，在乡下想吃到棒冰等冷饮，就得指望走街串巷卖棒冰的小贩了。

这类小贩往往头戴大草帽，身穿白汗衫，骑着凤凰牌、永久牌这样的“二八大杠”老式自行车，车后座上绑着一个包裹着棉毯子的泡沫保温箱。小贩一进村子就按动车把上的车铃，伴随着“叮铃铃……叮铃铃……”清脆的铃声，再悠长高亢地喊上一句：“啊要买棒冰！”“棒——冰——”两个字故意拖长了声调，似乎有种神奇的穿透魔力，一时间就能把村庄各处的小朋友聚拢过来。闻声而至的小朋友争先恐后地举着捏着纸币的小手，呼啦啦聚拢上来，在泡沫保温箱里翻找着自己心仪的那款棒冰。最廉价的是两毛钱一根的盐水棒冰，品种最多的是用色素和糖精勾兑的花花绿绿的水果棒冰，最实惠的则是五毛钱一根的一半是红豆一半是冰棍的赤豆棒冰。小朋友们最喜欢的，是五毛钱一根的奶油棒冰，如果哪个“土豪”小朋友能出得起一块钱，则能买到泡沫保温箱里最“奢侈”的雪人雪糕。这种由巧克力和奶油混合制成的冷饮，绝对是我童年回忆中冷饮界的王者。买得起雪人雪糕的小朋友总能收获一大批艳羡的目光，小小身板似乎也在周

围小朋友的心目中一下子变得高大起来。

那时候，家家户户都不知空调为何物，不管男女老少，大伙儿公认最佳的避暑胜地，就是门前屋后各家自有的大片竹林。每到晚饭时分，各家各户就把家中的长条几（一种长方形的木质家具，比茶几略大）搬到竹林里，将烧得香喷喷的各类饭食摆放在长条几上，一家子围拢在一起，大人孩子端着饭碗或蹲或站，就着竹林里吹来的天然凉风，吃得“呼啦呼啦”，似风卷残云。

日落之后，收拾掉碗筷，再盛上一桶井水，用半个葫芦制成的瓢往长条几上洒上一层水，凉风吹来，暑气尽消，竹林一下子从食堂变成了男女老少的游乐场。父亲和几个同村的叔伯在长条几上打纸牌；母亲和同村的几个伯母婶婶则聚拢在一起，一边打着毛衣一边轻声谈论着家长里短；爷爷和同族的几个长辈则围坐在另一张长条几旁，一边喝着大麦茶一边点评从报纸和广播里看来听来的国内国际时事。那个时候没有商场超市可供你逛，没有大片不断的电影院，更没有麻将馆棋牌室，孩子们也无需上什么暑假补习班、艺术特长班，大家空闲下来唯一的消遣方式，就是聚在一起吹牛皮侃大山，小朋友们的的主要任务就是无拘无束地玩耍。

我和小伙伴们可玩的项目就太多啦，玩泥巴、捉迷藏、丢石子、捉知了、拍洋画儿等等，没有彩色电视、没有电脑、更没有智能手机的年代，简简单单的游戏却能带给我大大的欢乐。

虫鸣蛙叫，玩累了，就在家中的木制浴桶中冲个澡，洗去汗水，再往身上抹点痱子粉，父母早已在竹林中的长条几上支起蚊帐，倒头就能睡下。即使

被蚊虫叮了，也只需在被叮咬处抹上一点花露水清凉油，伴随着那清清凉凉的感觉和淡淡的花香味儿，透心的

舒服。我倒头睡着后，妈妈会继续轻摇手中的大蒲扇为我扇风驱蚊子。妈妈用蒲扇扇出的风，有一种独特的温柔。

申领佳士洁口腔《保健证》 5年看牙不用愁

看牙服务的保质期有多久？2017—2018年度无锡电视台“315诚信承诺单位”获得者佳士洁口腔回答：5年！不用重复挂号收费，不需再为拍片检查掏钱，佳士洁口腔特别定制《无锡中老年人5年口腔保健证》，凭证可连续5年至佳士洁口腔享受免费的口腔检查和多达18项看牙基金支持，锡城缺牙人皆可免费申领，收下这份长达5年的“看牙定心丸”！

仁心为民，5年守护看牙更放心

为什么要给这样的福利？佳士洁口腔欧风机构甘恒木院长表示：一方面，牙齿是紧密联系、相互依存的，许多口腔疾病始于微末，但影响甚广，一颗连带多颗，牵动整个口腔健康，需要市民定期检查，防微杜渐；另一方面，牙齿、牙周的治疗和恢复需要一定的周期，以种植牙为例，常规的种植牙植体骨结合需要至少3个月的生长周期，种完牙后，还需要定期检查和术后维护，以5年为周期，消除市民看牙的后顾之忧。

欧美精密仪器，看牙舒适度更高

佳士洁口腔坚持“以人为本”的服务理念，为了让高龄以及耐受性差的患者也能“病有所医”，不惜斥巨资引进欧美精密口腔仪器，如：德国西诺德 Sirona-3D 全景影像 CBCT、德国西诺德 Sirona-CEREC 瓷睿刻即刻美齿系统、美

国隐适美 i-Tero 数字化全口取模系统、德国卡瓦 KaVo 种植机、德国舒适无痛笑气麻醉仪、德国西诺德 Sirona 激光牙周治疗仪、瑞士 EMS 超声波洁牙机等，高效治疗的同时，大大提高患者看牙的舒适度。

当然，除了设备以外，佳士洁口腔在技术上同样精益求精，经过多年的潜心研究，成功建立了以 All-on-4 技术为核心的“立得用”种植牙体系，只需4颗种植体，就能恢复半口12颗牙齿的咀嚼功能，而且“当天种牙，当天有牙用”，即使缺牙时间久、牙槽骨萎缩的患者也能适用。

本周末双院长亲诊，一对一方案设计

目前，佳士洁口腔《无锡中老年人5年口腔保健证》仍在火热发放中，50岁及以上的市民可免费申领！值得一提的是，本周末（7月20-21日）“院长亲诊日”活动双院同启，清扬机构李永平院长、欧风机构甘恒木院长将全天候坐诊，为单颗缺牙、多颗缺牙，乃至半口/全口无牙的患者进行免费一对一口腔检查，设计专属方案。（晓洁）

