

期班：2024 级药学本科班

姓名：祁显婕

学号：24104105036

辅导员姓名：陈传宗

什么是立冬？

立冬是农历二十四节气中的第 19 个节气，也是冬季的第一个节气，它标志着秋季的结束和冬季的开始，此时太阳到达黄经 225°。立冬后，气温逐渐下降，万物进入休养、收藏的状态。

立冬有哪三候？

古人在二十四节气中，将每个节气分为三候，每候五天，用以描述物候变化。

立冬的三候为：

一候水始冰：此时气温下降，水面开始结冰，但冰层尚薄。

二候地始冻：土地因寒冷而逐渐冻结，变得坚硬。

三候雉入大水为蜃：古人认为，野鸡（雉）在立冬后潜入水中变成大蛤（蜃），这实际是古人基于物候现象的想象，可能与鸟类迁徙有关。

“立冬不吃饺，耳朵冻掉没人找” 我来分享有关立冬饺子的三个趣闻故事：

1、要说立冬吃饺子的源头，得追溯到东汉的“医圣”张仲景，当年他辞官回乡，见寒冬里老百姓耳朵冻得开裂，就琢磨出“祛寒娇耳汤”——把羊肉、辣椒和驱寒药材包进面皮，捏成耳朵形状，煮熟了让大家吃。没想到吃完不仅暖身，耳朵也不冻了！后来老百姓模仿“娇耳”的样子做成食物，慢慢就成了现在的饺子，立冬吃饺子也成了“补耳朵”的习俗，咱吃的不是饺子，是老祖宗传下来

的暖冬智慧呀～

2、饺子选馅可是门大学问！老辈人说“立冬吃白菜，来年不缺财”，白菜谐音“百财”，配上猪肉那叫一个“招财进宝”选白菜得挑芯儿紧实、叶片水灵的，咬着脆甜；猪肉必须是前腿肉，肥瘦比例 3:7，太瘦柴得慌，太肥腻得慌，这个比例咬下去爆汁又不腻，懂行的都这么选～据说慈禧太后立冬必吃猪肉白菜饺，还特意让御厨把白菜剁得极细，拌上香油锁水，吃起来鲜嫩无渣，咱普通人家也能复刻“宫廷味”～

3、关于饺子还有个搞笑的趣闻：民国时期有个北方军阀，立冬那天让后厨做饺子，结果厨子手忙脚乱把盐放多了。军阀吃了一口齁得直皱眉，厨子吓得腿软，没想到军阀一拍桌子：“好！咸（闲）不住，来年肯定忙事业，这是好兆头！”硬是把一锅咸饺子全吃了，所以说饺子这东西，不管咸淡，立冬吃了就图个热闹、图个吉利～



