

# “元”气满满 “宵”费市场热辣滚烫

联名、养生、“跨界”口味……今年福州汤圆元宵花样多

N海都记者 郭思琪 文/图

“六街灯市，争圆斗小，玉碗频供，香飘四溢。”宋代古人曾如此描述吃汤圆、尝元宵之景。2025年元宵节来临之际，福州各大超市的元宵和汤圆成了热销货，新外形、新口味让人看得眼花缭乱。同时，甜品店和吃腻了汤圆的年轻人也玩起了新花样。

新华都超市(五四路店)，众多市民购买汤圆和元宵



## 超市元宵汤圆造型多样

12日上午，记者走进新华都超市(五四路店)，看到已有不少市民正在选购元宵。走近一瞧，发现不少品牌的元宵和汤圆给出了5.9折的低折扣。

“打‘骨折’了还不买点，正好也要过元宵了。”一名大爷笑着拿起一包柿子形状的“柿柿如意”汤圆，随后又拿起一包元宵，他说，福州的老人还是更忠于传

统，和年轻人口味不一样。

此外，在永辉超市里，莉龙井、蜜桃乌龙等茶饮类口味的汤圆主打口感清新，山药、五黑、五红、红枣、桂圆等主打“食养”的汤圆，也是深受欢迎。知名动漫、游戏IP联名汤圆的冰柜前也围着不少市民。

20岁的小陈显得有些纠结，他是某个游戏的老玩家了，之前就买过联名

汤圆，吃了半个多月有点腻了，元宵前夕，被家里的大人下达了购买任务。最终，小陈还是拿起了熟悉的“蛋仔派对”游戏联名汤圆。

记者从永辉超市方面获悉，从1月20日至2月10日，福建今年汤圆销售同比增长26.6%，线上销售同比增长63.5%。其中，新品口味元宵和IP元宵整体占

比在15%左右，主要售卖芝麻花生馅料口味汤圆和福州传统肉元宵。

在沃尔玛超市的熟食冻品榜上，黑芝麻汤圆、核桃小汤圆、开心果元宝汤圆分别位列榜二、榜三及榜四，有近2万人购买。朴朴线上超市也上架了“元宵佳节”新区，各类汤圆价格均有所下降，花生汤圆于12日显示为“补货中”。



炸串店在元宵节推出的炸酒酿元宵

## 年轻人“爆改”汤圆吃法

记者注意到，除了超市里的元宵汤圆，福州不少甜品店也推出了不少新花样。红糖麻薯汤圆、桃胶西米露汤圆……常见的饮品加入汤圆后也变得新奇起来。有的炸串店还推出流心酒酿元宵，老牌面包店则在商品栏中挂上了大黄米芥菜猪肉汤团和芥菜冬笋猪肉汤团二选一的套餐。

不满足于超市和外卖，这届年轻人还“爆改”

汤圆新吃法。他们根据自己的口味和喜好，把汤圆和其他食材搭配在一起，做出了各种创意菜品。比如，有的人把汤圆夹在吐司里，用早餐机压成三明治。

“我最近在减肥，所以把汤圆和水果、沙拉酱拌在一起做成沙拉。”过完年变胖了的小林说，她也是从网上看来的教程，今年哪吒IP爆火，还有不少视频教大家如何制作“哪吒”汤圆。

# DIY元宵花灯走红 达人摆摊“出圈”

## “孩子喜欢花灯，拿在手上也增添节日气氛”

毛朝青图  
吴雪薇文

每逢元宵，花灯映夜。今年，福州的街头巷尾，除了传统的纸糊灯笼，一种新颖别致的“扭扭棒花灯”悄然走红。这种花灯以五颜六色的扭扭棒为材料，手工制作成莲花、小动物等造型，外观精美可爱，制作简单，受到不少家长和孩子的喜爱。一些手工达人也借此机会摆摊售卖，赚取外快的同时，传递节日氛围。花灯承载着元宵节的传统与浪漫，而扭扭棒花灯的流行，则是现代生活与传统文化融合的一种新表达。它不仅让孩子们在节日里多了一份童趣，也让手工爱好者们找到了展示才华的舞台。

元宵节当天，记者在福州闽侯闽越水镇景区大门外，看到一位身着汉服、妆容精致的女子，手里提着几盏精美的扭扭棒花灯，正向游客售卖。这些花灯有的做成层层叠叠的莲花状，有的则是

憨态可掬的小狐狸造型，色彩鲜艳、造型可爱，让不少经过的游客驻足观赏。

“这个花灯造型很讨小朋友喜欢，价格也比一般的花灯便宜不少。”一位带着孩子的家长在了

解价格后，当即买下了一盏小狐狸花灯。她告诉记者，市面上很多传统花灯价格不菲，而这个手工制作的花灯不仅样式特别，十几元的价格还挺实惠，“孩子喜欢花灯，买一个拿在手上也增添节日

气氛”。卖花灯的女士自称姓陈，虽然看起来像个专业摊主，但她却告诉记者，自己并非商家，而是一名全职妈妈，摆摊卖花灯只是她的一个“元宵限定”活动。

## “这些花灯出现在大街小巷，让我很有满足感”

“我是因为喜欢手工才做的，平时在家带孩子，趁着这次元宵节，把做好的拿出来卖，一方面是觉得有趣，另一方面也能赚点外快。”陈女士笑着说。她介绍，这些花灯并不是临时制作的，而是她在春节前几

个月就开始一点点做的，手上的这批货只是其中一部分。

“这其实是个很需要耐心和细心的活儿。”她拿起一盏莲花灯展示。记者看到，每一层花瓣都需要用扭扭棒缠绕、固定，再逐层拼接，整个

过程看似简单，但要做得精致却不容易。陈女士说，刚开始做的时候，常常需要花费很多时间才能完成一盏，但做了后，手法熟练了，效率便大大提高。“后来可以在带孩子的空隙，手上做着玩，不知不觉，就做

了一大堆。”对于她来说，售卖这些手工花灯不仅是一个小小的经济收入，更是一种成就感的体现。她说：“很多孩子喜欢我的手工，能看着他们提着这些花灯出现在大街小巷，这让我很有满足感。”

## “自己动手做一个花灯，更有节日的感觉”

实际上，扭扭棒花灯并不是今年才出现的新品，但随着手工DIY的流行，它在近几年越来越受到欢迎。在社交平台上，关于扭扭棒花灯的教程、分享帖也层出不穷，有人甚至总结出了“1分钟包

会”“零基础也能学会”等教程，让更多人愿意尝试。

“相比于买成品，自己动手做一个花灯，或者买手工达人制作的花灯，会更有节日的感觉。”一位网友表示，元宵节本就是一个富有仪式感的节

日，而亲手制作或挑选一个特别的花灯，能让节日氛围更浓厚，也更有纪念意义。

如今，随着越来越多手工爱好者加入，扭扭棒花灯的款式也在不断丰富，不仅有传统的莲花灯、

小动物灯，还有醒狮造型、铃兰花小夜灯等创新设计，满足不同人群的审美需求。而像陈女士这样的手工达人，在节日期间摆摊售卖，也成为一道独特的城市风景，为元宵节增添了一抹生动的色彩。



女子穿着汉服在街头卖手工花灯