

也是小米的故事 也是中华民族的故事

通讯员 李国瑜 李国清 赵娜 丛新军

粟源

颗粒饱满的种子，经过不断杂交，培育出了现在的小米。

粟是世界上最早栽培的农作物之一，是我国历史上北方的传统主粮。粟的种植起源于我国的黄河流域，至今已有八千年以上的历史。在古代，粟作为口粮作物的同时，也扮演实物地租、军粮之首、货币俸

禄、度量衡等角色，在我国古代粮食作物中占据着重要的地位。粟的辉煌一直延续到隋唐时期，中唐以后，黄河流域频发的战乱与自然灾害，让中原居民不断南迁，转而种植了当地的水稻，同时，小麦的发展及石磨技术的进步，让谷子的地位逐渐降低。

粟种

粟具有耐旱、抗贫瘠的特点，其种子发芽需水量仅为种子重量的25%左右。在全球水资源日益匮乏的形势下，种植谷子对提高水分利用率、保持农业可持续发展具有重要意义。

我国最早对谷子进行分类的是明代著名医药学家李时珍，他根据穗大小、刺毛长短、籽粒大小等将谷子分为粱和粟，穗大、毛长、粒粗者为粱，穗小、毛短、粒细者为粟。在现代生产和研究中，谷子的分类方式更为多样，按穗形可分为纺锤形、圆锥形、圆筒形、棍棒

形、龙爪形等；按壳色可分为白色、黄色、红色、黑色、橙色等；按鞘色可分为白秆谷、青秆谷、紫秆谷等；按生育期可分为早熟型、中熟型、晚熟型；按品种特性可分为菠菜根（紫叶鞘）、驴缰绳（穗细长、码紧）、六十日还仓（生育期短）、黑粘谷（黑壳糯米）等。

如今，谷子在广东省、广西壮族自治区、贵州省、云南省、四川省等地都有很大的种植面积，种质资源丰富，国家作物种质库中保存的谷子品种达2.7万多个，其中山西沁州

黄小米、山东龙山小米、金乡金谷米、蔚县桃花米等优质品种，在时光的沉淀中流传至今。同时，新品种的选育也尤为重要，对风味与口感的不断改良，培育出更好吃更健康更实用的小米，是育种人不变的追求。

通过杂交育种手段，育种专家选育出了适合糖尿病患者食用的“冀谷T7”、抗除草剂的“济谷30”等品种。人们以不断的继承与创新，来应对世界的变化，这是粟种的秘密，也是中华民族生生不息的秘密。

粟味

谷子脱壳后称为小米。中国人在饮食上讲究“食不厌精、脍不厌细”，小米富含蛋白质、脂肪和碳水化合物，以及人体所必需的维生素、矿物质和膳食纤维，具有养生、保健的作用。

对于中国人而言，食物的美味与营养价值同样重要，人们不断探索新的烹饪方式，弥补食材间的不足，创造出更加丰富的味觉体验，河北沧州“交河煎饼”、贵州黄平“谷陇糍粑”“小米鲊”、山东淄博“红谷醋”、河北张家口“小米黄

酒”、山东泰安“小米茶汤”等美食应运而生。

谷子的产品主要以加工的小米原粮为主，熬粥占小米总量的80%以上，深加工产品多为传统型食品，如挂面、小米酒、米醋、营养速溶粉、方便粥、煎饼、锅巴、饼干、小米茶汤、小米米线等。随着全谷物食品的兴起，小米产品也开始现身市场，小米胚油、米糠油及高端小米营养粉等深加工产品的市场份额逐渐扩大。

小米营养成分的挖掘

和现代化生产，给快节奏的生活提供了多样化的健康味道。

如何鉴别新陈小米呢？

首先，从颜色上鉴别，新小米颜色纯正，颜色较黄，而陈小米略微发白；其次，将手插进新小米，会有一些糠面沾到手上，而陈小米放久了，这些糠面都沉积到下面了；再就是观察颗粒均匀度，新小米看上去大小饱满且均匀，而陈小米的颗粒有一些因为失水后或者是受潮，出现凹陷或者大小颗粒不均匀的现象。

粟魂

谷子坚韧、抗逆，从不向恶劣的自然环境低头，同时它也是一种环境友好型作物，与自然维系着天然的平衡。一面是抗争、奋进，一面是宽和、仁厚。这是谷子的魂，也是中华民族之魂。东汉许慎编著的《说文

解字》记载有“年，谷熟也。”意为：谷子成熟一次便是一年。在抗日战争时期的陕甘宁地区，支援红军的物资中就有当地的小米，谷子身上的抗逆性与红色精神的抗争性合二为一，成为激励中国人的精神图腾。

粟，从农耕时代的起点一路走来，虽然渺小，却哺育出伟大的华夏文明；虽然低调，但也曾居庙堂之高、成就江山社稷。穿越历史时光，粟的角色也在转换更迭，但无论沧海桑田，粟还将和我们相依相伴。

“春种一粒粟，秋收万颗子”，唐代诗人李绅诗中的粟即谷子，去皮后则称为小米，起源于我国黄河流域，是中华民族哺育作物。而关于小米的故事，你知道多少？