

2024 年度“海上最美家庭”揭晓——

他们在“舌尖”美味中探寻幸福真谛

近日,2024 年度“海上最美家庭”评选结果正式揭晓,他们中有孝亲爱老、夫妻相敬的和谐之家,有践行绿色低碳生活理念的环保先锋,有热心公益、邻里互助的睦邻典范。来自普陀区长征镇的杨利朋家庭和来自浦东新区周家渡街道的胡丽妹家庭也榜上有名。杨利朋是沪上知名品牌“小杨生煎”的

创始人,她的家庭始终将“爱小家也爱大家”作为家训;而胡丽妹家庭则是“一门三大厨”的四世同堂之家,秉承“做菜如做人”的家训,传承良好家风。两个家庭在各自专长的领域中发光发热,在日常点滴中展现“最美家庭”的风采。(本版图片由受访者提供)

◆记者 傅佩文 颜静燕

胡丽妹:厨艺世家传承“做菜如做人”家训

作为新中国第一代女厨师、上海国际饭店原行政总厨、当代京帮菜宗师,胡丽妹的厨艺人生始于 1960 年。那一年,刚刚初中毕业的胡丽妹被市机关事务管理局选中分配到上海国际饭店做厨师学徒,师从京帮菜名厨王懿臣。那时,后厨掌勺的几乎都是男性,一开始,王师傅见分配给他一个上海小姑娘,十分不情愿,怕她吃不了苦,学不出名堂。胡丽妹始终记着妈妈的嘱咐:既来之则安之,恭恭敬敬跟着师傅学。工作时间,她不离师傅左右,眼观六路,耳听八方,用心学习;休息时间,她端起装了黄沙的大铁锅苦练京帮菜“大翻勺”绝技;下了班,回单位宿舍自学山东话——因为后厨的大师傅们多是山东人,学会山东话,不仅能听得懂师傅教的手艺,还有助于融入团队。功夫不负有心人,师傅被她的真诚勤奋所打动,不仅对胡丽妹倾囊相授,还逢人就夸自己的女徒弟聪明、努力、贴心。两年后,胡丽妹作为优秀青年厨师代表,跟着她的另一位师傅王殿臣进京为一场 7000 人的国宴执厨。

“做菜如做人,先把人做好,菜才能做得好”——这句朴素的话,不仅是胡丽妹多年职业生涯的心得,也是这个厨师世家的精神内核。胡丽妹的儿子是她最好的徒弟——西点出道,西餐过渡,最后随母亲学做京帮菜。在胡丽妹的熏陶下,儿子刘洪早早继承了她的手艺,并将“要做菜,先做人”的理念深植心中、发扬光大。他参加全国比赛屡获金奖;考出教师资格证、高级营养师证;做电视节目主持,成为上海颇具盛名的“厨师名嘴”;学习临床营养,宣传健康饮食理念……每一次在全新领域的探索,都像是在实践母亲对他说的话:“在上海,无论你去哪个餐厅,都有我的朋友照应,难以真正成长。你需要独自去闯荡。”刘洪说:“这就是母亲对我的培养方式,她就像我的指路明灯。”

“做一桌菜就像演奏一曲交响乐。”刚退休又被返聘为衡山马勒别墅酒店餐饮顾问的刘洪这样比喻。冷菜是序曲,热菜是高潮,甜品是尾声——这种艺术化的饮食哲学,源自母亲将京帮菜、鲁菜、淮扬菜融会贯通的烹饪体系。他为酒店设计的“西餐中餐”仍带着这种基因:每道菜都附有



■“一门三大厨”:胡丽妹(左)、儿子刘洪(中)、儿媳陆菊娣(右)

手写文化卡片,像家传菜谱般讲述食材故事。

胡丽妹从不吝啬将自己的技艺分享、传授给更多人。尽管荣誉等身、光环无数,但这并不妨碍她退休后拎着一包包食材走进社区,在卡式炉前手把手教邻居们调配国际饭店名菜糟溜鱼片的“黄金比例”料汁。她还自己学着制作视频,在街道“人民之声”平台定期发布“跟着大厨学做菜”经典栏目,以顶级大厨专业视角关注社区家庭厨房。

很多人好奇,胡丽妹家的家宴是什么样的,三位大厨在一起会不会迸发出不一样的“化学效应”?“妈妈在家也是‘厨师长’,我们每个人做哪道工序全听她指挥。”胡丽妹和也已退休的儿媳陆菊娣还会经常讨论研究如何发扬光大菜系,不断创新,博采众长。平时在小区里与一起早锻炼的邻居朋友聊天,胡丽妹得知大家对时令菜的做法感兴趣,经常会做一些时令菜肴,请大家品尝。有不少慕名而来的朋友找她帮忙烧菜,她都会有求必应。

在儿子刘洪的记忆里,母亲总有“瞒着子女的小动作”——年过八旬了,还时不时偷偷帮老邻居“烧大菜”。“她让邻居把食材放在家门口,凌晨 5 时起床开始烧,等我们早上醒来时,她早就烧好给邻居拿走了,我问她,她说‘能帮一点是一点’。”刘洪的语气中既有心疼,又充满自豪。好在这种让小辈们心疼的热忱在今年 3 月有了另一种形式的延续——周家渡街道妇联“煮妇联盟”工作室成立,身为冷菜高级技师的儿媳陆菊娣接过铜牌,也象征着这个厨艺世家为社区贡献专业力量的接力棒正式传到了下一代的手中。

“我们所做的事都是微不足道的,能得到大家的认可,是我们最开心的事。”胡丽妹时常这么说。从国宴餐台到社区灶台,从厨艺传承到公益奉献,这个平凡的家庭用美味串联起社区的温暖,正如街道妇联的评价:“他们以匠心守初心,用家风润邻里,谱写了最美家庭的时代乐章。”

杨利朋:“小生煎”背后有“大爱”

说起上海脍炙人口的小吃,“小杨生煎”是让人会“脱口而出”的那一个。曾有记者采访当时将要赶赴休斯敦参加新赛季球赛的姚明,身在异乡最想念什么?他的回答便是“小杨生煎”。

小杨生煎的创始人杨利朋是家中长女,从小她便将照顾家人当作自己的责任,17 岁时跟随在静安饮食公司工作的外公开始学做上海传统点心,小笼、生煎、馄饨……样样在行。为了实现自己“让父母过上好日子”的心愿,吃苦耐劳的她从摆地摊起步,卖过水果、茶叶蛋、馄饨、生煎、袜子、服装……尝尽了辛酸苦辣,杨利朋甚至还为此受过伤,左手的三根手指至今无法伸直。“从未想过退缩,也从未想过失败。”那段“野蛮生长”的经历,锻炼了杨利朋果敢的能力,也证实了她敏锐的市场眼光。到上世纪 90 年代初,杨利朋逐渐有了积累,成了当时的“万元户”。

此时,她有了一个新的心愿,“开一家属于自己的上海最好吃的生煎店”。这个想法遭到了家人的一致反对——干这一行太辛苦了。正犹豫时,杨利朋得知自己看中的空店面要被人盘下做豆花生意了。时不我待!她当即盘下了店面,那就是后来的吴江路 60 号。1994 年 10 月 17 日,“小杨生煎”正式开张了。

每天凌晨 4 时,她就早早地赶到菜市场,挑选当天最新鲜的梅花肉,然后和面、斩肉、包馅……赶在早上 6 时端出香喷喷的生煎;“除了质好,还要量足”,她做的生煎包里,会比别家多 5 克馅;皮蛋要熬上 4 个小时,达到拉丝直至地面不断裂的效果;生煎卖得好,外公、外婆、阿姨、丈夫……一家人齐上阵,关店时间从早上 10 时一改再改,直至晚上 12 时。

当年的吴江路,各类上海特色小吃汇聚,小笼、豆花、鸡鸭血汤……做生煎的也有好几家,“小杨”是靠着什么杀出重围的呢?

杨利朋说,除了靠手艺、靠真材实料,多年来街坊邻里之间那种亲热和默契是让她最感动的地方。在吴江路上,不少老邻居都是看着“妹妹”成长的,到“小杨”这里吃生煎,几乎已经变成了一种习惯;而杨利朋,也总是对他们特别照顾,外婆喜欢生煎底层焦一点,那就多烧一会,爷叔食量大,那就悄悄多放一只……

2009 年,吴江路进行改造,“小杨生煎”也随之动迁搬离,这



■杨利朋(右二)家庭,三代人其乐融融

份从弄堂里走出的美味依然延续着传奇,并走上了连锁化发展的道路。

从路边摊到上海名小吃,从怀揣梦想的少女到知名女企业家,从 4.4 平方米的档口到如今拥有 300 多家直营店的规模……追溯自己的创业史,杨利朋曾站在改造一新的吴江路上感慨:风云激荡的岁月里,自己有幸抓住了时代发展风口。她感恩历史给予的机遇,也感激家庭给予的支持。

杨利朋的父亲年轻时从镇上的记分员、会计做到队长,几十年如一日勤奋、朴实。“好好做人,好好做事,好好待人”正是杨利朋从父亲那里传承下来的家训。

后来杨利朋成了母亲,将家训的三个“好好”传给了自己的儿子。那时她从早上睁开眼睛就要开始忙,虽然儿子经常只能“自己管自己”,却继承了母亲乐观坚韧的性格,从小便独立有主见。如今,他从加拿大大学成归来,进入家族企业从零做起,在继承母亲“质优量足”传统风范的同时,也给老品牌注入了年轻活力。

杨利朋的爱人刘日成做得一手好木工,在性格上两人正好“互补”,一个拼劲十足在市场上冲锋,一个稳重细致将后方工厂打理得井井有条。杨利朋笑着说:“我们俩没有彼此都不行。”刘日成还曾因勇敢救居家九旬落水老人,被评为“上海市见义勇为先进”和“普陀好人”。

杨利朋的家庭有个“家规”,保持了十多年:每月要开一次家庭会。每次家庭会由不同的家庭成员主持,大家聊工作,也聊家常,聊趣事,也聊烦恼,“有很多的代际矛盾,就通过春风化雨的沟通化解了”。但不管谁主持,家庭会的第一句话和结束语,都会是“我爱你们!”

如今,孙子孙女的到来让这个大家庭充满欢乐,在含饴弄孙的同时,始终闲不下来的杨利朋,将这份爱从“小家”带到了“大家”。走进“小杨生煎”管理公司,一进门,“爱家人”三个字赫然在墙,被贴在“价值观”栏的第一条。“爱小家,也爱门店这个家,爱公司这个家,更要爱社会这个大家!”



■胡丽妹在社区教居民烹饪



■杨利朋正在做生煎