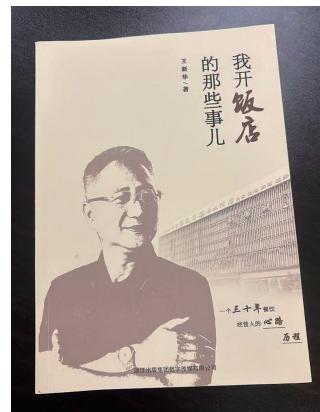


一个餐饮企业家的美食观

【编者的话】

央视美食节目《舌尖上的中国》说：“这是一个巨变中的时代，唯一不变的是中国人对食物的理解与期待。”王新华是常州市烹饪餐饮行业协会副会长、溧阳市餐饮业商会会长，参与拍摄过《舌尖上的中国》溧阳篇。30年来，他致力于挖掘、传承传统饮食文化，为地方餐饮行业管理发展作出突出贡献。以下摘编自他撰写的《我开饭店的那些事儿》一书。



“鲜掉眉毛”未必是“美食”

昔人云：“大味成真”，我要加一句：“好味存正”。

要使菜肴真正达到至上的色香味形，除了食材使用上的正确、对路、安全、应时以及烹饪技术和知识的符合以及火候之外，还必须掌握味的根基、味的协调平衡、味的深浅、味的对称和主次关系。

我们祖先传下来的“味道”二字，应该指的是味的道理，美食最终要落在一个“真”字、一个“正”字上。“真”的反面是“假”，“正”的反面是“邪”。小时候，我常常听到母亲对不好或做错的菜说“邪”味，很久以后，我才明白这个字的真正涵义。

当今越来越多的人在谈美食，包括制作美食的厨师、常进饭店的食客、乐于做菜的家庭主妇以及媒体等等。其实，人们谈的大多是“菜”而不是“美食”，尤其绝大多数的食客，他们往往把注意力都放在了菜肴的“鲜”上面，吃起来“过瘾”上，殊不知，他们没有明白，这种感觉恰恰是超量的盐、增鲜剂和其它一些专门制造复合味的调料以及辛、辣、香料所带来的味蕾上的刺激，并不是食材质量和烹饪技艺所带来的效果。这样的美食制作法，使“所有荤菜一个味，所有素菜都很鲜”，包括重糖、重油、重色的做法，忽略了烹饪的基本技法和要求，这样的菜是与美食不搭界的。令人担忧的是，很多人已经习惯甚至依赖这种感觉了。

回忆过去，做饭的时辰走在村头



■溧阳扎肝

街巷，每每会闻到从人家门缝里飘出来的饭菜香，通过这种香味，就能辨别出这家做的是什么菜，那家做的是什么菜，真是美妙。而现在若闭上眼睛或别人把菜送到你嘴里，有时也很难辨别出是什么菜；有些菜睁着眼睛吃也说不出原料来，想想有多么可怕。

那美食应该是怎样的呢？我想首先应具备如下几个要素：一、食材无污染，最好是绿色或是有机的；二、食材和菜品应尽量按季节时令使用；三、烹饪方法尽量简约；四、防止添加剂，不用或少用和正确使用增鲜剂，低盐、低油、少糖；五、该煎的菜绝不炸，菜品规定的烹制时间误差不易超过5%；此外还应慎用酱油，很多酱油含有人工增鲜剂等，并且多用了酱油会忽略百味之王——盐的使用。如再往深里谈，就要关系到工艺、技法、知识与文化了。特别要强调的是，美食与食材和菜式的贵贱无关，一碟小菜、一碗稀饭做得好是美食，而一道山珍海味做不好可能是“垃圾”。

“土菜”与“饭店菜”各有千秋

几十年来，蓬勃发展的旅游经济催生了众多菜类名称，如家常菜、

土菜（粗菜）、农家菜、家乡菜等等，常常充斥着人们的视听；而与此相反的就是酒店菜或称宾馆菜（虽然现在的酒店菜已非纯酒店菜了）。探讨美食离不开探讨这些菜肴类别的称谓和概念——

家常菜：家里经常烧的，而且是非模仿饭店和酒楼菜的，一般是凭感觉或是跟父母长辈以及身边的人学来的知识与技术，色香味形自由发挥，做得好坏听天由命；

农家菜：农民过日子的居家菜，有着鲜明的乡村田园气息，但现已变味，大多是为乡村旅游喊的口号，此菜太商业化反而不好吃；



■溧阳白芷

土菜（粗菜）：把家常菜、农家菜等往“丑”里烧，往“丑”里装，商业化成分强，迎合现代旅游业而出，弄不好会影响健康；

家乡菜：一般是一个县域或地区千百年流传下来的（也可能有创新的因素在内），这种菜如能形成体系，完全能成为一个独立的地方菜系。这种菜系越是离中国大菜系远，越是个性和生命力。

以上这些非饭店菜有一个共同点，就是烹饪方法上的简约，体现真正意义上的粗犷和原汁原味。当然，自成体系的家乡菜在这些基础上会再加入精炼、健康和美观的要素。

饭店菜：指的是没有被“土化”的菜。这种菜，绝大多数是属于中国的四大菜系和八大菜系之列，是我国餐馆酒楼菜肴的老祖宗。它的特点是不同于土而粗的农家菜和家常菜（但有时会与家乡菜有所吻合，如淮扬菜与溧阳菜）。它讲究的就是把简单的复杂化，把原貌原味尽量改观化，追求奢华、高贵，讲求排场，满足客人的更高层次的需求。虽然它们也讲百菜百味、一菜一格，但这很难做到。

回来再谈菜肴，无论专业厨师或

家庭主妇，要弄清菜肴并把菜做好，确实不容易，关键都在掌握原理上和悟性上。有相当一部分厨师烧菜不懂菜，依葫芦画瓢、稀里糊涂，一辈子烧菜不伦不类、不痛不痒，其悟性远远不及一些家庭主妇。家庭主妇比厨师更不容易，厨师是职业的，可以拜师，可以偷学比自己菜做得好的同事的技术，而她们不行。家庭主妇们有一个美德，就是很谦虚、很好学，她们敬畏美食，不敢瞎碰，把做菜看得很神圣。我认为她们是最值得尊重和应该加以帮助的。

学做菜首先就要把它看得简单，不要怕，知道基本原理是关键。那做菜到底靠什么？几乎所有的人都回答说是靠技术。而我认为，技术好学、好掌握，但仅有这些是远远做不了美食的。如果说做菜靠技术，那做美食靠的就是知识和文化，当然还有良心。例如，把咸菜冲洗淡了放盐再烧，是没知识；把萝卜切成薄片红烧或炖蹄膀，那是没文化；而至于烧土鸡和生态蔬菜放味精、鸡精那是被厨风所害。诚然，也有一些人没有责任和良心，不把美食当美食做，不把人当人对待，制造了很多餐桌垃圾和餐饮笑话。凡此种种，不一列举。

我在想，在烧菜做饭或是烹调世界里，之所以有这么多的问题出现，可能是与很多人不懂它的原理有关。于是我就作出了如下总结，并一有机会就与人唠叨：什么是烹调？烹调就是将生的做成熟的，将淡的做成咸的，喜欢吃甜放点糖，喜欢吃辣放点辣，然后根据不同的食材属性和菜式给予相对的火候，再有，根据食者的口味和其它需求，进行相应的调整。不知看官认为对否？

品质美食当循“正道”

其实，做菜有规律，美食也有标准，并可以从多方面加以认识和验证。以下是我认为的美食标准。

一是看色：无论是荤菜还是素菜（特殊的地方风味菜和小吃例外），必须色泽鲜明，该素则素、该艳则艳，汁料融合自然、悦目赏心；

二是观形：形状轮廓清晰，该刚则刚、该柔则柔、汁料分明；

三是闻香：一道美食最起码凑到鼻子底下要能闻到鲜活的菜肴原味，既不是纯粹的调料味，也不是无味，

鸡有鸡香，鱼有鱼香，主料本香不可缺少；

四是品味：味道要正、要明，该咸则咸、该淡则淡，辣要辣到位，酸要酸到底，该放糖就要起到作用，忌模糊不清、隔靴搔痒；一般人品评菜肴的味道好不好，往往是以鲜与不鲜、咸淡适中、辣味到不到位、酸甜味够与不够等等来评价或衡量的，而不知道调味之间的协调与否对味觉产生的影响很大。调味协调，则味正；不协调，则味邪。如盐与酱油的比例，盐与糖的比例，盐、糖、醋三者的比例，增鲜剂的尺度，油与调味料的关系等，这些分寸如果掌握不好，尤其是那些咸了加点糖、糖醋菜不放或忽视用盐、以酱油代替盐这样的做法，那么这样的菜味就彻底“邪”了。懂得美食的人根本吃不进这种菜，而对不讲究的人来说只要味不是很邪，是照样能吃的，甚至吃得津津有味，我很同情这些人；

五是口感：素菜，或脆或烂，要鲜明；荤菜，根据食材和菜品不同反应出嫩、韧、酥、烂等不同感觉；

六是体会：餐后有精神，肠胃舒适、有回味、不口干。

另外，烹制美食的人、物、环境也与美食有很大的关系，此不赘述。

我没有学过厨师，没拜过师傅，没上过烹饪培训班，仅凭对长辈、专家朋友、同道之人的耳濡目染、心灵感悟学会一些常识，悟到一些道理。以上是我几十年追随美食，并不断学习、不断磨练的所见所闻所思所产生的论点，如有谬误和得罪之处，都是被我对美食的“赤胆忠心”所害，望各位朋友，尤其是餐饮同行以及和我一条战壕里的厨师同仁们以宽容之心对待。

快要结尾还要啰嗦几句。我经常会遇见一些很有身份的人，如企业家、官员和文人墨客等，他们经常只吃到“菜肴”而吃不到美食，我为之深深地叹息！当然，在市井街头人头簇拥的餐馆里享受着“伪美食”的大众们就更令人揪心了。

美食是品质人生不可或缺的东西，是泱泱中华美食王国当今大多数人该享受的。我真心希望所有做菜的人成为做美食的人，希望广大同胞能越来越了解美食、接近美食，更希望那些为社会作出较大贡献的、值得人们敬重的人能天天伴随美食，享受口福。



■包饺子

2001年8月16日，郑贵卿一家蝶变成了新上海人。郑贵卿的家乡在遥远的东北小村庄——吉林省蛟河市黄松甸镇牛槽沟。那里春季万木葱荣，夏季山花争艳，秋季五谷飘香，冬季银装素裹。一条村路南北贯通，农家小院



■村貌

乡情绵绵无绝期 ——郑贵卿和他的《我们村庄》

错落有致，鸡犬桑麻之间村民们安居而乐业。郑贵卿孩提时的童趣、读书生活、返乡务农、娶妻生子的印记，一丝一丝镌刻在小村庄的角角落落。

孝悌民风，甘言厚礼。对于每一个传统节日，村民们都有着厚重的仪式感。每到农历春节，家家户户都洋溢着浓浓的除旧迎新氛围。从过腊八、买年

货、过小年、祭灶爷、吃灶糖、扫屋子，再到蒸馒头、贴对联、包饺子、放鞭炮、扭秧歌、拜大年……每一个风俗都洋溢着乡村的年味。从腊月二十三“过小年”开始，孩子们就开始了穿新衣、挂灯笼、放鞭炮等欢乐无极的天天乐。大年夜到正月初五，乡亲们除了合家团圆便是走亲访友，过了“破五”才会陆续忙碌起来，捡柴火、清积雪、收拾农具、往田里运肥，准备春耕。上个世纪末，村庄还沿袭大年初一拜年磕头的民俗。

随着我国农村城镇化和乡村人口结构的断层，不少小村庄日渐萎缩。“2024年春，我回到村里住在二弟贵明家，听几位邻居在小院子里唠嗑闲聊‘村里人口越来越少了，年轻人都出去打工创业了，再过些年咱村子也会像村



■扭秧歌



■贴对联



■放鞭炮



■拜年

里的小学校一样撤并和消失……’我心神瞬间破防，无比害怕这一天来临。”

由此，郑贵卿把沉淀心底的记忆和尘封多年的图片，一点点回忆和梳

理出来，出版了《我们村庄》摄影手记，记录属于家乡村庄所见所闻的风物人情，让人们看到村庄本真的样子——自然、淳朴、无暇。