

# ShenJialu

## 弄堂美食预制菜



沈嘉禄

专栏作家

Columnist

爱好美食和收藏

现在大家说到投资，便会提到一个热词：赛道。一根赛道一旦形成，就会形成千军万马、红尘蔽日之势。现在又有一根赛道形成了，那就是预制菜。预制菜的消费对象包括外来务工人员、小白领、宅男宅女，鱼香肉丝、回锅肉、古老肉、咖喱鸡、蚝油牛肉等家常小菜，小包装塑封，手机一划，分分钟送到你家门口，一件五包十包规格，简单加热后即可开吃，接下来打手游也好，追剧也好，你的时间你作主。

制作预制菜的小作坊，不少都借了弄堂房子操作，图个交通方便。尤其是那些要拆未拆的老弄堂，租金还可以便宜些，如果租客脑子好使，成本还可降低。

进入新世纪后，城区面貌发生了翻天覆地的变化，大多数弄堂石库门房子风雨漂摇，难以居住，有些碍手碍腿的弄堂也不利于城市扩张和发展，在推土机的轰鸣声中一步步走进历史的影像。

前几年政策有所微调，“拆改留”变成了“留改拆”，有关方面还制定了石库门建筑三年保护计划，据说有两百多条老弄堂得以续命，保留原有的城市肌理和市民社会生态。

生活还在继续，开门七件事也须安排妥当。在状态好一点的弄堂里，还能见到老外租客，他们乐意与中国邻居打成一片，洋娃娃般的外国小囡也颇讨大妈大爷欢喜。

同时，弄堂里曾经有过的种种业态悄悄复活。比方讲，你去饭店吃饭，去茶馆吃茶，那里的点心品种不少，有三鲜馄饨、三丝春卷、酒酿圆子、宁波汤团、酒酿圆子、豆沙麻球、鲜肉小笼、桂花糕、眉毛酥、芒果布丁等等。你随手一点，眼睛一眨，飞来眼前。

可你不知道，这些点心并不在店里制作，而是饭店后面弄堂里大姐、大妈的手作。餐饮业竞

争激烈，成本控制很重要，做点心要有专门的点心间和师傅，这不是一笔小钱啊，倘若外包出去，事情就简单多了。

我认识的好几位爷叔、阿姨，退休后闲着无事，当然也为子孙着想，就在自己家里隔出一间厨房，做起家常点心，除了供应饭店，还在线上销售。菜肉馄饨、粢饭糕、油氽排骨、三丝春卷、面筋百叶等等，都可以打包外卖的。在端午、中秋、冬至、元宵等传统节日，粽子、月饼、汤团的需求量猛增，他们还要请邻居来帮忙呢。

我有一个做预制菜的朋友，姓刘，大家叫他

光头爷叔，在南京西路借了一间后厢房，专做虾子酱油、熏鱼和八宝辣酱，还注册了商标，线上销售。虾子酱油用酿造酱油、当年烘焙的河虾子制成，无腥无涩，味道雅洁，拌面、蘸白切肉、烧虾子茭白、虾子冬笋、虾子海参，都有画龙点睛之功，价格比邵万生贵上两倍不止。

熏鱼也是他家祖传。据小

刘介绍，青鱼宰杀，专取中段，切块也有讲究，不厚太薄，酱油、黄酒浸过晾干。鱼块油炸后还要回卤复烧至少两个小时。别处的熏鱼干乎乎、硬梆梆，光头爷叔的熏鱼带卤，酥软鲜香，老上海作派。

小刘的手艺是祖母那里学来的，上世纪四十年代，他爷爷在南京西路金谷商场底层开了家食品店，除了盐水鸭肫肝、五香牛肉干、五香茶叶蛋等市民打麻将、看戏的“标配”，还有酱鸡、酱鸭、叉烧等，最受欢迎的就是熏鱼，是他祖母亲手制作的，每天只做十份。

光头爷叔大概是预制菜赛道里跑得最慢的“运动员”，熏鱼是限量生产的，卖完算数。

预制菜对应着快节奏的都市生活，不过要是拆烂污，以次充好，肯定是玩不大、玩不久的。☑

**一根赛道一旦形成，就会形成千军万马、红尘蔽日之势。**