

一些经营者便想出了种种办法来延长食物的生命周期，他们让食物在**重油、重糖、重盐和脱水的烹制下得到保护，延长食物周期**，类似芋泥、乌豆沙、莲蓉等之类。

卤头皮、卤鲍鱼、卤猪脚。即是我们原先所说的熟食菜品。在过去，它们并不叫预制菜。

为什么今天叫预制菜？或许是有经营者想在过去的食物基础上，把已经形成的食物进一步改良和扩大提升。他们想借助一些政策支持，借用技术来改善和改变过去的一些烹制做法，让一些食物的生命周期能够得到延长。想让各自小地方的菜品，推广到全国各地的大范围去，让更多的人尝到不同地区的菜品。其中包括输送好味道和缩短用餐者的用餐时间，这可能是预制菜发起者的初衷。也是为了让系列的预制菜品做得好，做得更丰富，更完美。

好的预制菜的必要条件在哪里呢？

先来说一说预制菜的前身食物吧，或许从中能够得到一些启示。

先谈罐头食品，我认为，过去的罐头食品即是现在所说的预制菜，品种上有红烧猪手、红烧鸡腿、豆豉鲮鱼、罐头鲍鱼、罐头荔枝、龙眼、菠萝等”。出现这种罐头食品，一是市场需要，二是食材生产过剩。

罐头食品的做法，有一套严密的生产手段，从初加工到成品装罐都一直在符合卫生环境下生产的，最后是高温消毒，因而出厂后有一定的存放期。只要是超过存放期，就可能会变质或产生有害物质。

汕头市曾经是食品罐头最早的生产地之一。近代，潮汕华侨从马来西亚率先引入罐头食品的生产，

至今一些老辈人都有记忆。

而不同于罐头食品生产制作的熟食菜品则有更多品种。在过去，这些食品在烹制后没有一定的时间限制，只是靠食物自身的属性确定保存周期，因而这些被预制好的食物会随时变味和发霉。诸如饼食糕点、面包蛋糕、甜糯、粽球、牛肉丸、鱼丸、鱼饭、卤味等。因为这些食物，都是可以提前预约生产烹制，因而也可以称之为预制菜。

从重油、重糖、重盐到各种添加剂

我从事厨房工作几十年，对食物的保质期有自己的理解。我一直认为，过去在延长食物保质周期上，都是靠重油、重盐、重糖和脱水的办法。

随着时代进步，城市与城市、乡村与乡村的流通环节逐步被打开。由此，一些原始性烹制和生产的食物被带出去了，在不同地方都能品尝到远方食物的原味。这种被带出去的食物，在得到好的品味后，也带来了一些问题：食物容易变味和发霉。变味和发霉的食物，由于涉及卫生和人的健康问题，由此引起各方面的注意和重视。

怎么办呢？

一些经营者便想出了种种办法来延长食物的生命周期，他们让食物在重油、重糖、重盐和脱水的烹

制下得到保护，延长食物周期，类似芋泥、乌豆沙、莲蓉等之类。

不可否认，在生产条件有限的环境下，这是一种好办法。然而这些食物，多数是甜了、咸了、油了和干了，难以达到吃者的认可和口味上的需求。甚至怀疑它对身体有害，把它列入三高食品。

真的，人们为了让食物尽量延长食用周期，穷尽办法。经营者们终于找到了各种添加剂，让食物在添加剂的作用下，在味道和口感上都得到改善，同时也延长了食用周期。为了和消费者互动，让人们减少对经营者怀疑，他们避嫌或者减少投入添加剂，而且设定了食物的保质日期。在这种设定保质期的前提下，经营者们纷纷想办法，于是一些不必要的添加剂便相继出现了。

是谁喊出预制菜并不重要，因为这是市场上的需要，而且需求量非常庞大。

几十年前的汕头市，一种快餐型配送的饮食模式在特区兴起，办快餐者是香港美心集团。他们借鉴外国经营快餐的做法，把大众饭菜烹制成盒饭。让上班族选择这种快餐式盒饭，非常方便。特别是那些既集中在一起办公，又不是同一公司的人，更是喜欢这种派送的盒饭。这让上班族节省了很多时间。

据说这种快餐最先是泰国一家餐饮公司推出的，他们通过观察，计算出上班族吃饭花掉的时间都是在1个小时以上。如果是10人的话，就是10个小时的浪费。100人的话，那将是100小时的浪费，由此，他们找到了商机，决定推出快餐式盒饭，他们成功了。这种形式的快餐也迅速推向全世界。