

放眼望去，我们可以看到及时转身的石浦，历久弥新的状元楼和东福园，以及精准对接新时代消费需求的涌上外婆桥和贴阁碧。它们能否扛起提升宁波菜知名度和影响力的责任？是否具备成为“名店”的潜力？

# 名店名厨，让千年“宁波味”长久飘香

本报记者 徐展新

造访朱惠民时，正值早上八九点钟的光景。他家的面积并不大，陈设也简单，桌上摆放着热气腾腾的豆浆，一侧的老式电风扇“咯吱”作响，缓慢而沉重地运行着。

直到记者发现了藏在屋子深处的书房，看着满架典籍，闻着满屋墨香，才惊觉这位精神矍铄的老人正是宁波菜研究领域赫赫有名的文化学者。菜系起源、菜品种类、学界评价、文献佐证……朱惠民操着带有浓郁宁波口音的普通话，一字一句地梳理着宁波菜的历史脉络。时光仿佛在这间小屋中放慢了脚步，宁波菜的起伏兴衰，餐饮文化的繁荣与萧条，在记者的眼中渐渐明晰。



带有浓厚宁波特色的“石浦十八碗”。(石浦大酒店供图)

## 沉淀千年的“本味优势”

宁波菜并不是一个独立的菜系，它依托于浙菜，“江湖地位”也不如杭帮菜，但它切实具备了独立菜系的灵魂——有着与众不同的烹饪风格，且在海鲜这一细分领域做到了独一无二。

宁波菜源远流长。河姆渡遗址的出土文物表明，当时的人们已经利用陶釜等器皿，对鱼、鳖、蚌等食材进行简单的烹调。《史记·货殖列传》中有“楚越之地，饭稻羹鱼”的记载，意味着宁波人烹饪海鲜的时间轴可以拉长两千多年。明清时期，围绕海鲜设置的宁波菜谱已基本成型，既能摆上达官贵人的宴席，也能走入寻常百姓家的灶头。“宁波菜的灵魂就是海鲜，东海哺育的鲜美渔获，赋予了宁波菜无可比拟的‘本味优势’。因此，宁波菜的大厨们不精于炫技，很少添加味道浓郁的辅料，而是专注于精简流程，确保海鲜本味不丢失。”朱惠民说。

五口通商为宁波打开了通往世界的大门，以“鲜”闻名的宁波菜也迅速“攻占”了周边城市的餐饮市场。一批文化底蕴深厚、优秀厨师云集的餐饮品牌走进了人们的视野，并传承至今。1785年建成的状元楼，1908年登场的东福园，以及20世纪初诞生的缸鸭狗，承载着老宁波人最深刻的味觉记忆。

“当时的江夏街饭店林立，宁波菜一度反超杭帮菜，成为浙菜中最具影响力的一支。”朱惠民告诉记者，2000年前后，杭帮菜和宁波菜一同赶赴上海淘金，依托甬沪两地的历史渊源和在沪工作的大批甬商，后者大获全胜，大量菜品得到上海食客的广泛认可，甚至融入上海菜系的体系之中，被当地人视为“本土菜”。已逝的台湾美食大

## 百花齐放还是万马齐喑

经过数年的研究和探索，朱惠民先后于2009年、2012年完成并出版《宁波菜与宁波饮食文化》和《舌尖上的宁波》，对宁波菜的历史沿革和发展现状进行了系统的盘点，《天一苑》等文化类书籍也刊登了数篇朱惠民的作品。如今，朱惠民正筹划写作他的第三本书《宁波味醇醇》(醇，意为酒香醇厚)。

虽然文字工作进展顺利，但朱惠民依旧心存担忧。“宁波菜研究会的规模终究有限，我的作品出版依赖于微薄的政府拨款和企业家朋友的赞助，无法在市场上大量流通，始终停留在‘小打小闹’的阶段。”朱惠民的遭遇折射了宁波菜传承和创新的困境。如今，具备跨区域影响力的大型酒楼和饭店逐渐衰落、消亡，杭帮菜、淮扬菜、徽菜等周边菜系发展迅猛，压缩了宁

家唐鲁孙也曾将宁波菜和海派菜视为同源，认可了宁波菜在华东地区的卓越影响力。

两千年时光流逝，饭店、酒楼更迭无数，无数优秀厨师的名讳也消失在历史的烟云之中，但宁波菜的“本味优势”得以传承，在新一代的厨师代表和专业化培训机构的努力下获得新生。去年12月，曾编著出版宁波历史上第一本宁波菜谱《宁波菜与宁波海鲜》、为宁波菜的理论化和系统化奠定基础的戴永明举办了一场收徒仪式，18名新晋“弟子”既是经验丰富的宁波菜大厨，也是活跃在餐饮行业的优秀企业家。“宁波的餐饮文化不能被工业化的批量生产体系淹没，这场古典、隆重的收徒仪式就是一个信号。”戴永明在仪式现场坚定地告诉众人，“餐饮文化是城市形象的重要组成部分，绝不能忘记自己厨师的身份，而专注地做一个唯利是图的商人。”

在戴永明的牵头下，宁波市餐饮业与烹饪协会的名厨分会脱离了“母体”，与浙江省商业技师学院携手成立宁波菜研究会。戴永明担任会长，朱惠民则受邀成为顾问。“虽然成立时间不长，规模和资金有限，但我可以坦然地告诉所有人，宁波菜研究会正一步一个脚印，对文化的传承和创新作出了扎实的贡献。”今年5月的工作年会上，朱惠民向100余位会员厨师介绍了全年的工作成果——频繁赶赴外地，与其他菜系的名厨进行交流；组织了特色菜交流评选活动，选拔28道特色菜品，展示宁波菜创新的最新成果。此外，研究会还内部挖潜，推动成立了余姚菜研究会，以更小的切口进入，充分激活宁波菜的特色和优势。

宁波菜的生存空间，宁波菜品类单一、均价过高等缺陷逐渐暴露。在川菜馆、火锅店、粤式茶餐厅遍布全城的大环境下，“宁波海鲜”似乎成了精美绝伦、却不受年轻消费者喜爱的高级摆设品。

出身杭州、拥有30余年厨师经验，却与宁波菜大厨携手人创办主打江南小菜和家常菜“涌上外婆桥”……潘永健是亲身感受宁波餐饮市场风云变幻的见证者，也是能够冷眼旁观、冷静分析的“局外人”。在调研市场的过程中，潘永健敏锐地感知到，宁波餐饮行业正处于“一条腿走路”的尴尬处境。2005年前后，宁波餐饮市场处于鼎盛时期，石浦大酒店、彩虹坊、汉通餐饮和向阳渔港堪称宁波菜的四座标杆。如今，向阳渔港已分化为十余家相互独立的品牌，汉通餐饮转移阵地进入上海，彩虹坊

只剩下一家宁波门店，只有石浦大酒店及时转型升级，守住了宁波的“阵地”。

“宁海食府、海味世家等专注传统宁波海鲜的品牌依旧在平稳运营，其客流量和业绩相当可观，但难以重现往日辉煌，更无法撑起传播宁波菜文化的大旗。与此同时，以涌上外婆桥、贴阁碧为代表的轻餐饮品牌迅速崛起，我们的定价较低，菜品丰满度更高，可以兼顾不同人群的多样化需求，在快速消费的时代迅速取得成功。但这一类餐饮品牌产生的影响力有限，无法驱动全行业前进。”对于自己创立的品牌优势和缺陷，潘永健毫不讳言，“近年来，宁波的餐饮品牌数量激增，但死亡率也越来越高。究竟

## 合纵连横培养“优秀玩家”

“我们有一手好牌，但缺少牌技优秀的玩家。”潘永健的话，道出了“宁波菜传承”这盘棋局的“棋眼”所在。

在2017年第一期《天一苑》中，朱惠民也写下了他对宁波菜的思考：既要横向融会创新，也要纵向传承开发。杭帮菜的多元和亲民，淮扬菜的健康养生，徽菜的咸鲜合一，都是宁波菜博采众长、海纳百川的目标。与此同时，宁波特有的饮食文化和菜品风味也要保留和发扬，让传统的宁波菜在商务会见、节庆聚餐、婚庆喜宴中扮演重要角色，将普通菜肴和高规格的传统宁波菜区分开来。

石浦大酒店正是朱惠民眼中的“一号玩家”。每逢节假日，石浦大酒店的婚礼中心都会被预订一空，朱惠民就针对此类活动的菜单设置向石浦大酒店的管理层提出了建议，希望传承和发扬古代宁波的民间习俗，在大型宴会中摆设宁波菜筵席。“我们非常赞同朱老师的建议，正计划在开业宴的饭桌中央摆上鲫鱼圆蛤汤，其中鲫鱼代表‘年年有余’，不能吃完；圆蛤代表钱币，要一扫而空，象征着财富落入自己的腰包。”石浦大酒店董事长陈苏林告诉记者，“标准化的宁波菜筵席能充分展现当地的民间习俗和文化积淀，既能让年轻的宁波人了解家乡的传统习俗，又能满足外地客人的好奇心。”

2008年和2009年，东福园、状元楼两家老字号餐饮品牌先后“重生”，前者在鼓楼城墙下开业，后者则入驻和义大道。如今，它们历经波折，再次擎起了中高端宁波菜的大旗。聘请最专业的宁波菜大厨，将数百种足以唤醒宁波人美食记忆的经典名菜带回餐桌，同样呼应了宁波菜“筵席化”和“高端化”的倡议。宁波菜的横向融会创新更是

是百花齐放，还是万马齐喑，值得每位餐饮人思考和品味。”

在潘永健看来，与杭州相比，宁波既不是省会，也不是旅游城市，客流量相对较少，知名度也相对较低。想要挑战杭帮菜的“大哥”地位，将宁波菜推广至周边省市，必须培养一批强势企业和优秀厨师。只有符合时代需求、具备足够体量和辐射范围的“名店”，才能催生一批技艺卓绝的“名厨”，将宁波菜的知名度和影响力提升一个台阶。

放眼望去，我们可以看到及时转身的石浦，历久弥新的状元楼和东福园，以及精准对接新时代消费需求的涌上外婆桥和贴阁碧。它们能否扛起这份责任？是否具备成为“名店”的潜力？

早早启动，已呈“星火燎原”之势。涌上外婆桥就是其中的佼佼者，它将杭帮菜、徽菜和宁波菜融为一体，迅速占领宁波、台州、杭州、上海、舟山等地的家常菜市场，分店数量已超过30家，单店接待量的高峰达每天1200人次。潘永健还在公司内组建了“潘永健工作室”，不断整合各菜系的长处，研发符合市场需求的创新产品。“近期，涌上外婆桥计划推出一个新品牌，主打产品是鲜肉水饺，已经反复调试了大半年，目前已进入测试饺子皮的阶段。”现任缸鸭狗研发总监的林军也受邀参与了该品牌的创建，“宁波菜胜在口味独特，和其他菜系结合之后，往往可以产生奇妙的化学反应。”

此外，专注宁波小菜的贴阁碧凭借通俗易懂的方言式品牌名称赢得宁波食客的喜爱，如今已在全市开设13家分店，并计划3年内打入上海市场。石浦大酒店也放低姿态走上了轻餐饮路线，先后在南塘老街、世纪东方广场和东部新城银泰城开设融合粤菜和宁波海鲜的“石浦闹海记”，为困于顾客流失、业绩下滑的传统大酒店提供了转型思路。

“宁波菜是‘儒商菜’，宁波菜的传承和创新始终与宁波帮的成就密切相关，更与城市的发展进程密切相关。”担任过党校老师，参与过制造业企业公共关系研究，退休后又专注宁波菜文化的挖掘工作，朱惠民对政治、经济、文化三者的关系有了更深的理解。站在“外来者”的角度，潘永健也对宁波菜的来充满期待：“美食是展示城市形象的名片，也是接待外来宾客的珍贵礼物。宁波需要隆隆运作的工厂和车间，需要奇幻瑰丽的高科技产品，也需要喧嚣闹市里飘出的沁人香味，更需要精工细作后承载厚重饮食文化的满盘珍馐。”

新闻1+1

## 宁波菜兴衰溯源

从河姆渡文化遗址出土釜中常见的鱼、鳖、蚌及罐、盆、钵等陶器来看，当时的宁波先民已能进行简单的烹调。鱼、鳖、蟹等水生动物都进入了宁波先民的食谱。司马迁在《史记·货殖列传》中记载了“楚越之地，饭稻羹鱼”的语句，佐证了最早的“黄鱼羹”来自两千多年前。

东海渔场也在春秋战国时期得到初步开发。《国语》记载，越国建国时即“滨于东海之陂，鼃龟鱼鳖之与处，而蛙鱼之与同住”。《吴地记》也记载，公元前505年，吴王阖闾在与越王海战时大量捕捞黄鱼。

到东晋时期，宁波海鲜的烹饪方式已拓展为烩、炙、蒸、醃(即做肉羹)，还掌握了晒干黄鱼做鲞的技艺。唐宋明清的诗文中更是大量出现涉及宁波海鲜的词句，杨积芳的《奉化贡蚶》，苏轼

的《丁公默送蛸蚌》，以及袁枚的《随园食单》，都让宁波海鲜名声大噪、享誉全国。

近代宁波菜的崛起，则与五口通商密切相关。状元楼、中央酒楼、南华楼、同心馆、甬兴馆、同华楼……大批商人投身于此，催旺了宁波的餐饮行业。据城隍庙美食盛会残存的《名菜目录》显示，当时的宁波菜种类超过90种，其中部分菜品还以甬帮名菜的身份列入了上世纪70年代出版的《中国菜谱》浙江卷中。

1999年，宁波菜泰斗戴永明带领汉通代表团参加第四届全国烹饪技术比赛，并在67座城市的激烈竞争中荣获团体赛总分第二名。时代变迁，风云变幻，新一代的宁波菜厨师和餐饮企业将致力于重现往日荣光，再次向全国大舞台奋进。

(徐展新 整理)

图 示



近代宁波菜的崛起，与五口通商密切相关。状元楼、中央酒楼、南华楼、同心馆、甬兴馆、同华楼……大批商人投身于此，催旺了宁波的餐饮行业。当时宁波菜的种类超过90种，其中部分菜品还以甬帮名菜的身份列入上世纪70年代出版的《中国菜谱》浙江卷中。

1785年建成的  
状元楼

1908年登场的  
东福园

20世纪初诞生的  
缸鸭狗

承载着老宁波人最深刻的味觉记忆

1999年，宁波菜泰斗戴永明带领汉通代表团参加第四届全国烹饪技术比赛，并在67座城市的激烈竞争中荣获团体赛总分第二名。

2005年前后，宁波餐饮市场处于鼎盛时期，石浦大酒店、彩虹坊、汉通餐饮和向阳渔港堪称宁波菜的四座标杆。

2008年和2009年，东福园、状元楼两家老字号餐饮品牌先后“重生”，前者在鼓楼城墙下开业，后者则入驻和义大道，再次擎起了中高端宁波菜的大旗。

如今，宁波菜的横向融合已呈“星火燎原”之势。涌上外婆桥将杭帮菜、徽菜和宁波菜融为一体，分店数量已超过30家，单店接待量的高峰达每天1200人次。

专注宁波小菜的贴阁碧赢得本地食客的喜爱，已在全市开设13家分店。石浦大酒店也走上了轻餐饮路线，先后开出多家融合粤菜和宁波海鲜的“石浦闹海记”，为传统大酒店提供了转型思路。

制图：韩立萍