

0 往来

甬菜大师组团 异国皇室接待 泰国春节飘出浓郁“宁波味”



宁波厨师赴泰团队合影。(宋玉霞 摄)



来自涌上外婆桥的大厨潘永健和曼谷唐人街餐馆的老板合影。(宋玉霞 摄)

本报记者 徐展新

农历正月初一，正值泰国“初一曼谷耀华力路庙会”，数万泰国民众在庙会上来往穿梭，欢笑声此起彼伏。人群中，一群身着白色制服的中国厨师尤为醒目，他们的胸前印着五星红旗，身前摆放着外形精美、香味扑鼻的中国美食，吸引着过路的“饕客”驻足品尝。

若你是一位来自宁波的游客，必然会惊讶于眼前的场景：这些陈列在庙会展台上的美食，分明就是地道的家乡菜！

没错，在祖国人民欢庆新春佳节之际，这支由宁波大厨和餐饮业人士组成的团队远赴泰国，带着来自家乡的精致食材和厨房用具，为

泰国的皇室成员、政府要员、媒体朋友和普通民众带来了充满“宁波味”的中国年夜饭。他们从除夕前数日起开始筹备，春节假期结束后陆续返甬，这段别样的新春假期，换来了中泰友谊的升华，树立了宁波餐饮文化“走出去”的崭新里程碑。

这顿“年夜饭”不简单

为了打响宁波餐饮业的名号，满足泰国客人的味蕾，宁波市餐饮协会组建了一支拥有“豪华阵容”的厨师团队：全市唯一拥有大师工作室的点心专家林军、工龄超过27年的浙江烹饪大师楼承斌、涌上外婆桥创始人之一潘永健一行17人，打磨出一份

些享誉宁波、享誉全国的优秀厨师外，还搭配食品雕刻大师、餐饮服务专家、餐饮协会负责人和媒体工作者，一行17人共赴泰国，并呈现出一份充分展现中国餐饮文化、宁波餐饮文化的菜谱。

秉持着文化交流的使命，这份菜谱具有中华民族传统文化的鲜明特征，含蓄、优雅、充满诗意。前菜名为“四明汇春晓”，由卤鲍鱼、烤大虾、蜜汁蒸南瓜、卤烧鹅四道冷菜组成；汤名为“清泉添仙踪”，是曾摆上过G20峰会餐桌的松茸炖花胶；五道主菜里，腐皮包黄鱼传达了恭贺新春的祝福，苔菜小方烤被形容为“苔影藏白玉”，看似家常的冬笋炒菜松也有了“绿影鼎上素”的诗意称谓。寥寥数道菜，看似简单，却凝

聚了厨师团队的智慧和数月以来付出的辛劳。“宁波菜的精华在于食材的‘鲜’，所以，我们带来了产于宁波的东海黄鱼用于制作腐皮包黄鱼，终因长途跋涉容易变质而放弃。

无论是地道的“老宁波”，还是初到宁波的游客，都会在腹中饥饿时第一时间想到年糕、汤圆、米馒头等宁波招牌点心。作为赴泰团队队心组的代表，林军把制作宁波汤圆、苔菜酥饼干层饼、双味油赞子、龙凤金团的材料和工具带到了异乡。正月初一的曼谷庙会和正月初五的北榄坡庙会，团队对外发放了约两千份宁波点心，让旅居于此的华人华侨和土生土长的泰国人民感受到了地道的宁波美味。

这批“泰国客”不满足

庙会熙熙攘攘的人群中，出现了几位特殊的客人。在中国驻泰国大使吕健的陪同下，泰国诗琳通公主参观了中华美食文化展台。她穿着鲜艳的红色外套，不仅逐一品尝菜品，还饶有兴致地拿着手机拍照留念。“当时，我们安排了三道热菜，分别是松茸炖花胶、苔菜小方烤和冬笋炒菜松，还准备了两盒打包精美的点心。没想到，诗琳通公主并不满足于此，还主动询问‘后面还有什么吃的’，并到工作区品尝了尚未对外展示的其他点心。”虽然已经回国数日，市餐饮协会秘

书长邵飞仍能清晰地回忆起当时的画面，“在宁波服务大师沈凯乐的精心服务下，诗琳通公主对我们的团队和菜品大加赞赏，并邀请团队成员合影留念。虽然语言不通、文化迥异，但她对宁波菜的欣赏和赞叹溢于言表。”

钟情宁波菜的“泰国客”还有很多。泰国总理巴育等泰方政要跟随公主来到庙会现场一尝珍馐，巴育总理还在活动后特意找上门来，希望带走一份宁波小吃的礼盒。

泰国华人主要聚居区之一的北榄坡府也出现了这批宁波大厨的身影。今年春节，泰国政府和泰国政府合办的“欢乐春节”活动增加了“中华美食千人品鉴”的环节，由于现场参与人数爆棚，原定的“百桌”临时增加为130桌，准备的上千份点心也被泰国顾客一扫而空。

虽然准备充分，但泰国人民的热情还是让大厨们吃了一惊。据粗略统计，这支团队在泰国参与了五场大型活动，数万“饕客”参与其中，品尝者超过2000人。当地的近30家媒体参与活动报道，泰国的几家米其林餐厅也邀请宁波大厨与餐厅的星级大厨切磋厨艺，领略中国独有的“拔丝香蕉”的甘甜美味。

这批“泰国客”的“不满足”，正印证了宁波大厨们的高超厨艺、宁波菜的独特风味和此次活动为中泰餐饮文化交流带来的价值。

这趟“异国行”不容易

这趟春节期间的“异国行”并非突发奇想，而是经过长时间筹划和准备的。早在去年9月，泰国总理巴育在访问宁波时品尝到当地的美食，邀请宁波大厨来展示。随后，中餐联合会找到了宁波市商务

委，与市餐饮协会进行对接，最终组建起17人的赴泰团队。

出发前，市商务委主任张延参加出征仪式，市商务委副主任廖永法则对代表团作了行前动员，期待这支团队能让宁波菜在异国他乡大放异彩。

“此次活动，我们很兴奋，也很疲惫。”归国之后的第二天，邵飞才接受了记者的采访。据介绍，自2月12日（除夕前三天）下午4时出关抵达泰国起，团队成员就马不停蹄地开始准备食材，把托运来的近30箱食材放进冰箱、清点数量，简单用餐后就组织成员开会探讨后续对接事务，一直忙碌到当地晚上10时。除夕前，热菜组和点心组的大厨几乎一刻不停地奔波在泰国的各大菜场、超市和唐人街，采购所需的食材和调味品，并利用晚上时间进行点心的前期制作和热菜的初步加工。

在泰国旅游局的热情邀请下，大厨们和演出团队一起乘坐游轮感受了湄南河的漂亮夜景，也参观了曼谷风情的夜市街区，但热菜组的大厨楼渊请了假，他必须返回厨房，为需要熬制8个小时的松茸炖花胶做好准备：“我很想好好感受泰国的风景，但泰国的客人更需要我做出来的美食。”

十余天高强度的工作间隙，大厨们深切地感受到了泰国的风土人情。“泰国人很善良，也很热爱生活。即使路上遭遇堵车，也不会胡乱变道或插队；虽然气温很高，但日常生活缓慢有序，很适合餐饮业发展。”邵飞表示，泰国唐人街，有大量华人华侨，是开展中外文化交流的一块沃土。此次活动，宁波大厨和宁波菜得到了中泰双方的一致认可，市餐饮协会将继续承接同类型活动，从最接地气、最符合民众基本生活需求的餐饮业入手，为宁波乃至全国文化软实力的提升添一份力。

开放

宁波大厨赴泰团队豪华阵容

- 全市唯一拥有大师工作室的点心专家林军
- 工龄超过27年的浙江烹饪大师楼承斌
- 涌上外婆桥创始人之一潘永健
- 一行17人，打磨出一份
- 充分展现宁波餐饮文化的菜谱

泰国诗琳通公主、巴育总理

- 亲临现场品尝宁波菜和点心
- 在泰国参与了五场大型活动
- 品尝者超过2000人
- 近30家媒体参与活动报道
- 泰国几家米其林餐厅邀请宁波大厨切磋厨艺



郑勇 制图

90后“宁波囡”在加拿大当注册营养师—— 把高端定制变成触手可及

本报记者 单玉紫枫

几天前，当中国还沉浸在春节的欢乐气氛中，“宁波囡”郑紫薇正在加拿大麦吉尔大学参加一个初创公司的比赛。很多加拿大的投资人因此第一次知道了这位“90后”的注册营养师，以及由她联合创立的、加拿大首个私人营养师网上咨询平台。

在此之前，从镇海中学高中剑桥班，到加拿大麦吉尔大学，再到毕业后考取加国注册营养师执照，在蒙特利尔总医院、犹太人总医院等著名机构工作，专业从事营养学咨询、指导、研究等，郑紫薇经历丰富，闲不住的她，甚至还在大学里教起了跆拳道。如今，她通过建立咨询网站，把高端定制的私人营养师“变成”触手可及的大众营养师。

啥？“学霸”读了营养学

“事业刚起步，我只是正巧做

了自己喜欢的行业罢了。”微信那头，这个1992年出生的妹子低调温和。

回想当年，赴海外求学之初，她便决心要申请营养学专业。“小学时，我看报纸总喜欢看养生那一页，从小就立志当‘养生达人’。”紫薇笑道，选专业时，更是义无反顾。“学霸”的这个选择，却让一众亲朋好友大跌眼镜。

“这专业还用上大学？国内速成班3个月，随便考个试都能拿个营养师资格证。”这几乎是所有人脱口而出的看法。以至于现在打开知乎，搜索加拿大营养师，点赞最高的一条回复的开头便是“成为RD（注册营养师）是一条很险的路。”

棒！教老外练跆拳道

学营养学专业，难倒最多人的还是实习。实习阶段，一个学生配一个全职营养师，营养师要求非常高，经常在期中时就会给实习

生好几项不合格，而且很多是涉及软技巧的运用，比如如何与病人交流让他们能够在医院压抑的环境下放松地和你交谈。紫薇坦言，“我们班一开始有一百多个人，最后毕业的只有70多个，其中还包括之前几届留级下来的。”

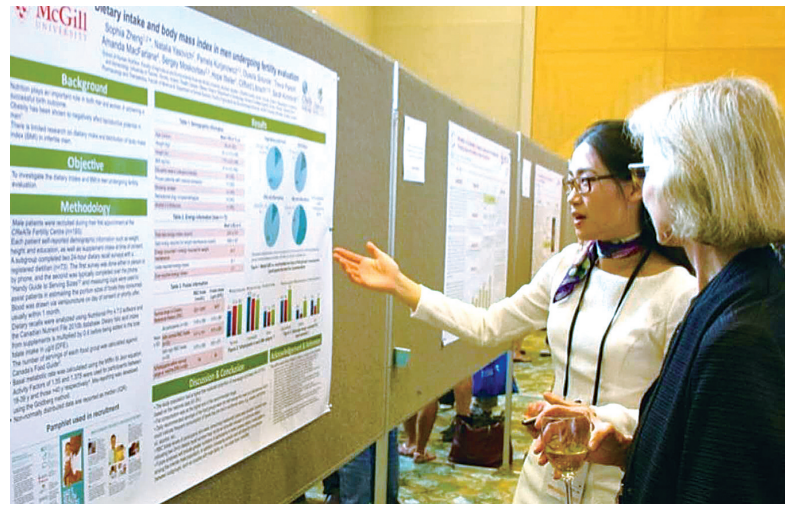
尽管如此，她的课余时间依旧多姿多彩。酷爱运动的她，早在中学时参加宁波市运会，从一众专业运动员中脱颖而出，摘得全市跆拳道季军。在加拿大求学时，她索性在麦吉尔大学也办起了跆拳道班，开班授课，劳逸结合。

一路“披荆斩棘”，最终“修成正果”，那么加拿大注册营养师到底是做什么呢？

“懂日常美食，但我们不是厨子；懂母婴营养，但我们不是催奶师；懂体育营养，但我们不是健身教练；特定情况下，会建议补充营养制剂，但我们不是卖保健品的。”郑紫薇说，时常看到朋友圈里长辈转的一些养生文章，标题内容奇葩，点击量却动辄10万+，作为专业人士，常感到无奈又痛心。

赞！私人营养师走向大众

“通常加拿大营养师是不建议大家吃保健品的，除非是特殊时期或者已经显示有所缺乏，而是强调摄取食物自身的营养完成身体的修复。比方说通过酸奶补钙就会比钙片要好，因为酸奶里还有蛋白质、维生素b12、益生菌等很多其他的营养；另外，很多营养素同时大量食用会产生竞争关系，比如说复合维生素里的许多矿物质，虽然标注着每个都有多少克，但是真正吸收的远比标注的少；国内很流行的鱼油，其实在货架上和家里储藏的过程中就氧化了，远远不如直接吃三文鱼亚麻籽粉等来得有效……”提到专业，紫薇滔滔不绝，“我们的建议是，病人要真正从一日三餐中改变，而不是简单地服用保健品，所以这个学问非常深，根本不存在一个适用每个人的完美食谱，只能根据个体的状况讨论出一个切实可行的，又能最大化保证营养全面的



在北美权威的CFAS(Canadian Fertility and Andrology Society)年度医学研究会议上，郑紫薇向业内专家介绍团队的研究成果。(受访者供图)

计划。整个过程分好多步进行，跟踪半年甚至一年，然后慢慢形成一个习惯，才能达成预防疾病的目的。”

而这些，恰恰是私人营养师的工作范畴。“以前由于费用问题，拥有私人营养师是只有精英阶层才敢想的，现在随着信息技术发展，加上社会越来越关注膳食健康，越来越多的营养师愿意走向大众。”紫薇说，她的网上咨询平台由此应运而生，通过联合麦吉尔大学教授及当地的营养学专家，这一平民化的平台已在当地已小有名气。

