



陈晓卿在演讲中

《风味人间》总导演陈晓卿 畅谈宁波美食 “无论在哪个城市 请朋友吃宁波菜 都是很有面子的事！”

对于陈晓卿，有人说“看见他就想吃饭”。想必，这是对一个美食纪录片导演的最高赞誉了。作为《舌尖上的中国》第一季和第二季、《风味人间》等口碑炸裂的美食纪录片“背后的男人”，他对宁波饮食有何独到见解？10月19日，陈晓卿来到宁波，走上了2019“宁波帮×城市精神”演讲峰会的舞台，全程脱稿一口气讲了半小时。

答疑

为何总拍宁波美食？下一步拍啥？

“每个人看宁波的方式不一样，有人说它自古富庶，有人说宁波帮占据了商业重要的一环，在我看来，宁波是一个美味且有美食文化传统的地方。”陈晓卿的开场白不由让不少观众舔了舔舌头。

是啊，《舌尖1》里有慈城年糕，《舌尖2》里有象山淡菜，《舌尖上的新年》里有宁波风鳗，《风味人间》里有霉苋菜梗……在陈晓卿拍摄美食纪录片的过程当中，宁波一直是他特别钟情的取景地。

提到近期的拍摄计划，陈晓卿表示，总有观众留言说：“没有拍到宁波的红膏呛蟹，你还拍什么《舌尖上的中国》啊？”他对此答复是：“过去我们没有拍，不代表将来我们不拍。再过一个月我们就能吃到美味的红膏呛蟹了，你看，我连时间都知道了……”

食物

宁波汤团是“幸福的多巴胺组合”

尽管脱稿，陈晓卿的演讲词却充满诗意、睿智，还透着风趣，好似他的美食纪录片，很有嚼头。“中国饮食文化中有‘南米北面’的说法，说起稻米，则不得不提河姆渡文化遗址，就在宁波。可以说，中国的饮食文化之光是从河姆渡开始照亮的。”由此，陈晓卿着重谈了宁波闻名于世的米制品——年糕和汤团。

先说汤团。据他观察，宁波人是用水磨米粉制作汤团，再加进猪油和糖，“碳水、糖和脂肪，这三种都是人类天然喜爱的物质，在一起，我们会把它叫做‘幸福的多巴胺’。”此处观众开怀一笑。

紧接着说到年糕，“宁波年糕的加工生产，往往会在冬至前后，要把打好的年糕放进冬至之后接取的净水里。从现代科学来讲，这种水，细菌含量最少，年糕放进这样的清水，可以一直保存到来年的清明，这是宁波人的祖先经过反复尝试，最终得到的朴素经验，了不起。”

技法

保留传统工艺，还跟得上时代

“宁波人用自己的料理方式，为中国保存了中华美食的样本。”陈晓卿这样说。

他发现，用盐或者酱油去处理食物，是宁波人的习惯。节俭的基因让宁波人有自己的处理方式，会有一种带有焦糖味的咸鲜，是特殊的香味。

除了香，还有臭，“依靠发酵保存食物的习惯，被我们称作仅次于火的发现。比如宁波的臭苋菜管，闻闻很臭，吃起来很香。”他说。

还有一道菜是他听说的，还没有吃到的——网油鹅肝，“从介绍上，我看到这种做法最早可以追溯到周代，用动物肠衣外的网油，裹上猪肝或猪肉油炸，古人称之为肝膋，是礼记中的八珍之一。”陈晓卿认为，宁波菜既保留了这样的工艺，又把食材换成了今天风靡全球的鹅肝，小小的置换也体现着宁波厨师的匠心。

■ 相关新闻

为什么 宁波菜 这么有底气？

说到宁波的饮食自信，不得不说宁波人。“宁波的商帮是整个东半球最响亮的名号之一。”陈晓卿称赞道，宁波人商业信誉好，低调务实、克勤克俭、能屈能伸，“北上广装得下肉身，三四线放得下灵魂。”且据其观察，不管从事什么职业，宁波人都有抱团生存的习惯，“正是可以抱团，才刚好凑成一桌。”

事实上，“无论在哪个城市，如果说请朋友吃宁波菜，都是一个很有面子的事情。”陈晓卿举例称，在上海，沈宏非老师带他吃甬府；在杭州的江南渔哥，他吃到了霉菜梗、臭冬瓜、蒸鲜排，“听说在法国巴黎、意大利的普拉多，宁波餐馆也都很受欢迎，它们在远方安抚着漂泊宁波人的味蕾。”

“放眼菜系的发展史，饮食风尚总是与当地经济发展的成熟度相关。掌握着经济命脉的人，生活方式总会被他人效仿。一样的道理，随着宁波经济发展的强势，自然也会让宁波的风味和菜肴走向更远的地方。”

记者 谢舒奕
通讯员 周维强 文/摄

2019“鄞州银行杯” 国际男子网球赛落幕 男单新科冠军 给宁波小球手们支招

本报讯(记者 邹鑫) 2019“鄞州银行杯”国际男子网球赛昨日在鄞州网球中心落幕。日本选手内山靖崇以2比0战胜加拿大选手史蒂芬·迪兹夺得冠军。

内山靖崇正反手相对均衡，面对世界排名150名的加拿大选手，他在比赛中表现得游刃有余，很多时候造成对手被动失误。整场比赛下来，内山靖崇送出7记ACE球，一发得分率高于对手32%。

赛后，内山靖崇说，虽然世界排名高于对手，但比赛刚开始时自己并没有稳赢的把握。“一开始我也有点紧张，直到比分变成3比1以后，我才渐渐放松下来，很快拿下了第一盘，但第二盘比赛对我来说有些煎熬。”第二盘加拿大人进攻积极，底线防守密不透风，一度让内山靖崇错失了5个局点。不过，随着内山靖崇的两次连续破发，重新掌控了比赛局面。“最后时刻，迪兹拿出了很强的攻击性，很幸运，最终我调整好心态，战胜了他。”

内山靖崇连续3年来到宁波，他很喜欢这座城市，对赛事承办方给予高度评价。“我经常在世界各个地方打球，宁波是我喜欢的城市，这里并不像上海那么大，不过城市非常发达，经过10年发展，这里的赛事组织和观众都十分专业，这也帮助了我在赛场上有更好的发挥。”

鄞州网球中心承办高水平网球赛事10年，宁波群众网球普及率节节攀高，青少年网球水平提升势头迅猛。比赛现场，记者看到近千名网球爱好者观看比赛，其中不乏青少年。广德湖小学二年级学生刘醒龙和爸爸妈妈一起来到现场看球。“我练网球快一年了，爸爸妈妈都很支持我打网球。这场比赛很精彩，要是中国选手打进决赛就更好了。我以后会努力的！”

内山靖崇现场也给宁波小球手支了招。“打网球输赢是其次，不管是练习还是比赛，能够享受其中的乐趣最为关键。特别是遇到困难时，一定要学会面对困难、享受困难，并且最终解决困难，我注意到今天有很多小朋友都是带着网球拍来看比赛，希望未来他们也能成为优秀的球员。”

福彩开奖信息

双色球 第2019120期：
10 12 27 31 32 33 03
3D 第2019279期：2 6 6
15选5 第2019279期：01 06 09 11 14

体彩开奖信息

6+1第19120期：7 5 6 8 8 9 6
20选5第19279期：04 05 06 08 19
排列5第19279期：1 7 7 5 1
(均以公证开奖结果为准)