



开人善厨 十多万开州大厨 全国各地跳“锅边舞”

□周成芳

开州特色菜大混蒸

10月25日，在2024年重庆市食品及农产品加工高质量发展生态大会市级爆品发布会上，开州区成为全国第十个、重庆首个“中国厨师之乡”。据了解，目前有十多万开州厨师在大江南北“掌勺”。

开州，自汉代起便是“川东四大盐场”之一。开州人因盐创制出百味，食耀八方，孕育了“开人善厨”的美食传统与精湛技艺，由此成为一方烹饪技艺的发源地。伫立在开州故城的标志性牌坊——“少卿坊”，便是明朝开州籍“御厨”、光禄寺少卿汪翰匠心厨艺的见证，也是“开人善厨”的历史记载。

千百年来，独特的天天气候、人文风俗、地理环境，不断与开州美食相互融合，形成了独具特色的烹饪风格和美食体系，并由勤劳的厨子们挥舞锅铲，把美味“炒”到全国各地。

中国素以烹饪王国著称于世，中国厨师总数逾千万，在这样一个庞大的队伍当中，开州厨师有何独到之处？

1 在北京干出了自己的品牌

从开州走出去的王勇，便是从事餐饮的杰出代表。

20世纪90年代初，王勇离开家乡，到在湖北创业的老乡的餐厅学厨艺，之后又在山东等地当厨子、开馆子。新世纪初，他和开州老乡一起去了北京。初到异地，不敢盲目投资，只得摸着石头过河，从经营稀饭、包子、面条开始。一天，来了七八个客人，进店就问“有炒菜吗？”第二天又有几个客人问了同样的问题。王勇觉察到商机，于是增加了家常小炒，果然很有市场。不久，又有客人问：“你们可做烤鱼吗？”王勇又动起了经营烤鱼的心思，一个月后店里的菜谱上便增加了烤鱼。他将店名取为“成都小吃”，凭一身厨艺，很快赚了人生第一桶金。仅用一年时间，他的“成都小吃”店便在北京声名鹊起。一年后，他在北京已有三家“成都小吃”店。其他老乡也纷纷开起了“成都小吃”店。

“成都小吃”火了，注重乡情的开州人纷纷邀约老家的亲朋来北京“淘金”，于是更多的开州老乡投入餐饮业。为节省成本，最初都是夫妻或兄弟姐妹自己掌厨。开州人似乎天生就是当厨子的料，拿起锅铲就能熟练跳起锅边舞。那些年，北京城内上千家“成都小吃”店，几乎全被开州人垄断。

由于成都小吃不能注册成品牌，为增强竞争力，2005年王勇与几个老乡成立了北京渝都仁和餐饮有限公司。3年后，公司旗下餐饮品牌“辣尚瘾”横空出世，主打烤鱼和麻辣香锅。为了从众多烤鱼连锁店中突围，王勇与研发团队仅烤鱼的味道就推出了16种，并在香辣烤鱼、麻辣烤鱼等传统烤鱼基础上，研制出了养生玉米烤鱼、生态番茄烤鱼等新品种。2015年，为抢占酸菜鱼市场，王勇又创办了自己在北京的第二个餐饮品牌“渝是乎”，专做小份酸菜鱼。由于定位精准，“渝是乎”很快在市场上打响名头。目前，“辣尚瘾”在全国已拥有直营店和加盟店100多家，“渝是乎”连锁店也已超70家。

2 25万开州人把美食带到全国

美食，是一座城市的文化烙印。从20世纪80年代开始，25万开州人陆续走出开州，将开州烹饪技艺带到全国。开州的厨子们以精湛的烹饪技艺、独特的地方风味征服了各地食客挑剔的味蕾，全国

120多个城市都有开州厨师的身影。西至新疆的塔城，南至海口，北至哈尔滨，甚至全国最后一个通公路的西藏墨脱县，都能品尝到开州人带来的厨艺。

李贤兵出生在开州农村，16岁就在外谋生，先后在广东、福建、新疆等地打工，学得一手好厨艺。2000年，他第一次听说了西藏墨脱的神奇，心中充满了向往。已近而立之年的他，东拼西凑了2万元，与妻子一道开始了艰难的墨脱之行。他们从成都出发，坐着一辆农用货车，拖着行李，行驶七天才到达林芝的波密县，又辛苦折腾四天才到墨脱县城。

李贤兵在县城租了一个小门面开起小食店，卖砂锅、面条、包子、馒头。不过县城人口少，两三年辛苦赚的钱除去开支所剩无几。当地群众有用石锅烹饪的习惯，善思考的李贤兵开始尝试将墨脱石锅与重庆火锅结合，再加入当地的中药材和松茸，打造出既营养又美味的墨脱石锅鸡和石锅鱼。为节约成本，夫妻俩每天起早贪黑养鸡、养猪和种菜。皇天不负有心人。2004年8月，他们的石锅城开业了，来品尝的食客络绎不绝。生意好了，腰包鼓了，李贤兵并没有因此懈怠，为了让不同口味的人品尝到美味的石锅鸡，他又调制出麻辣味、清汤味以及药膳味等多种口味。还根据重庆鸳鸯锅的原理，将石锅改成了锅中锅。不久，墨脱石锅鸡渐渐名声大振，来自全国各地的游客品尝后均赞不绝口，墨脱石锅鸡的美名由此走出了墨脱，走出了大山。

3 “开州，吃‘厨’爱的只有你！”

如今，一些走出去的开州厨师又选择了回乡创业，把开州文化和开州菜融为一体，以菜为媒传播家乡美食。其中，就有“范肥肠”餐馆创始人范校梁。

范校梁出身在农民家庭，1993年从部队退伍，先后在深圳、上海、温州、海口等地干过建筑工、保安、勤杂工等。2000年左右，他和妻子来到福建老乡的饭店帮厨。他做事用心，暗暗将餐厨手艺熟记于心，很快就能独当一面了。

为提高厨艺，他又赴万州参加厨师培训学习。拿到厨师证后，他选择去上海做餐饮。最初经营米粉、面条、炒菜，后来听说当地人喜欢吃麻辣烫，他就苦心研制适合当地口味的麻辣烫，没想到店一开张，食客便排成了长队。他引来老家的亲友，陆续开了第二家、第三家店。

因家中老人需要陪伴，2012年范校梁将餐厅交给亲友打理，回到开州准备继续从事餐饮业。一次聚会，他听一位范家老人谈起，其先祖曾有一手很出名的民间菜“范氏肥肠”系列，可惜失传了。范校梁想，何不将其挖掘出来推广。于是他走访了多个八十岁以上的范氏宗亲，让这一消失的民间特色菜重现于世。2013年，“范肥肠”餐馆在开州老城亮相，因味道不错，前来用餐的客人络绎不绝，随即第二家、第三家连锁店相继诞生。很快，“范肥肠”不仅在开州立住了脚跟，还走出了开州，走向更广阔的市场。凭借扎实的技艺，范校梁获评中式烹调师（原特三级厨），被开州金厨研究院聘为第一届专家委员会专家。

“开州，吃‘厨’爱的只有你！”在万开高速公路、开州几条主干道，这样的户外广告铺天盖地。外地客人来开州，热情的主人会带你去品尝开州大混蒸。早在“湖广填四川”时，开州第二大集镇临江就流传“桌上只上一道菜”的混蒸。这种独特的烹饪方式使得各种食材的味道能相互融合，形成一道美味佳肴。

三五朋友去盛山植物园游览，一定得留下来点一份盛山桂花鸡。它是盛山植物园桂花林中自主散养2-3年、吃桂花林中虫子、桂花、五谷杂粮的农村土鸡，利用祖传秘方和传统工艺研发的美食，秉承“绿色、健康、养生、味美”的理念，成功入选渝味360碗，同时也获得开州十大名菜、重庆市政府推荐菜、重庆地标菜等荣誉。

橘香宴、药膳宴、椒麻牛肉、欢喜头、蒜花，这些开州名菜早已享誉八方。“用锅勺张扬生命精彩”的开州厨子们，如今有一个共同的名字——“开州厨厨”。

“开州金厨”是开州区委、区政府和25万开州餐饮从业大军共同打造的区域餐饮公共品牌。2022年被评为市级

劳务品牌，2024年入选市级十大地理标志促进工程项目。同时，开州菜研究院、药食同源研究院、开州区烹饪协会、烹饪协会北京联络处相继成立。开州知名餐饮企业、开州特色菜分别入编《全国中餐特色企业名录》《全国中餐特色美食目录》和“渝味360碗”。《开州药膳》有序编撰，20余道药膳美食加速研发，成功申报烹饪类专利6项，25万开州餐饮人的“线上驿站”即将建成。

4 “中国厨师之乡”花落开州

“千年开州，名扬四方。金厨锅舞响当当，心灵手巧喷喷香，美味儿开州韵味儿流长……”2023年以来，开州制作了开州金厨乡村振兴劳务品牌主题曲，并利用各大网络平台推广宣传，点击率、获赞率达十余万次。

烹饪技能和餐饮行业，已成开州百姓持续增收致富的好“厨”路。“开州遍布全国的50万劳务大军中，有20多万餐饮从业人员、十余万厨师遍布大江南北，超2万家餐饮经营主体服务全国消费者，年营业收入超过200万元的企业有2368家，素有‘川菜普及大使之乡’之美誉。”提及这些数据，开州区商务委负责人几乎能倒背如流。

近年来，开州区围绕“开州金厨”区域公共品牌培育，深入推进“开州金厨带精品”行动，产生了众多烹饪大师和厨界高手，他们在国际和国内多项烹饪比赛中争金夺银、美名远扬。“开州金厨”先后亮相2024世界品牌莫干山大会、第六届西洽会、2024重庆国际食材展览会暨第四届重庆厨师节。2024年10月25日，开州成为全国第十个、重庆首个“中国厨师之乡”。随着“中国厨师之乡”花落开州，“中国菜”美食嘉年华亮相开州，开州将继续唱响金厨品牌。

四十多年来，开州厨子们开拓了一条增收致富的新“厨”路，每一道开州美食都是一席催人味蕾的饕餮盛宴，是一抹独具魅力的文化风景，也是一部创业打拼的奋斗诗篇。

（作者系重庆市作协会员 图片由作者提供）



在墨脱开石锅鸡的李贤兵



开州金厨名店辣尚瘾



首届“开州金厨”比赛现场