



85年前卢作孚等3人共同创办兼善餐厅

# 兼善包子 仍是爆款

老记伏枥

联系电话  
17708339062

“56年给了我如今的从容和气度，让我更专注眼前的事，珍惜眼前的人，负责任于眼前的团队。56岁是我人生精彩的开始，翻开最新的一页，依然保持当年的自信。年龄只是一个数字，相信未来更加辉煌！”12月18日是兼善餐厅传承人邓永良56岁生日，当天他发了一条朋友圈，“我曾亲眼见证过赵忠祥、张瑞芳等文化名人为餐厅题字，也格外注重重庆美味的传承创新。”

兼善餐厅，这家始于1940年的重庆老字号，由著名实业家卢作孚、兼善中学校长张博和及校董蒋祥麟共同创办，仅比兼善中学晚了10年。

兼善餐厅接待过众多名人。1942年，爱国将领冯玉祥常来餐厅就餐，对员工求字有求必应，爽快地写下“还我河山”等抗日宣传条幅相赠。在邓永良记忆中，85年的时光积淀，还有诸多名人与餐厅的往事秘闻需要梳理，作为传承人，他不仅要教会徒弟经营餐厅，还要将上万册珍藏菜谱数字化，进行文化推广。

## 一本清末手抄菜谱 广东客人品读后赞不绝口

2025年12月初，广东顺德的一个旅行团来到重庆旅游，在游览了缙云山后，选择在兼善餐厅吃饭。饭后，客人主动添加了邓永良的微信。

“他们对饭菜的味道非常满意，并称这是两周来吃得最好的一顿饭。”邓永良的微信头像是一个“善”字，昵称“邓掌柜”。“一个兼善、一个永良，连起来就是永远善良。”邓永良这样解释他和兼善餐厅的故事。

饭后，广东客人非常好奇地走进餐厅2楼的“北碚菜博物馆”，这里保存着上万册菜谱，时间跨度超过100年。一本清末民初的手抄菜谱《伍廷芳素食论》，吸引了客人的目光，他们争相传阅。

伍廷芳是中国近代第一位法学博士，广东江门人，清末民初著名的政治家、外交家、法学家，曾主持签订过中国自鸦片战争以来第一个平等条约《中墨通商条约》，其在广东等地有不少“粉丝”。

“他们说，在广东生活了几十年，从来没有见过这样一本伍廷芳关于饮食文化的书。”12月24日中午

，邓永良向记者展示了这本书。书的序言虽然简短，但引人入胜：“理论上说人类平均寿命应达到125岁，但是这非常罕见，大概是因为不讲卫生、不补身体、一饮一食但求口味等原因造成的。”所以主张科学饮食，要重视谷类食物，不要吃过多的肉，要注意搭配。

“这些理念至今仍有指导意义和研究价值。”邓永良说，该书书页已经泛黄，但手写的字迹仍然清晰可见。遗憾的是书末有一些缺页，还有少许虫蛀过的痕迹。

## 一本记录国宴的菜谱 有人愿意出价10万元购买

在邓永良办公室墙上醒目位置，挂着一幅书法题字——卢作孚兼善文化传承人邓永良：弘扬兼善传统厨德，赓续圣手工匠精神。题字者为罗楷经，他的父亲是川菜名师罗国荣。罗国荣创制了罗派川菜，一些名菜品经常出现在国宴菜单上。

除了兼善餐厅第四代传人，邓永良还有一个身份——卢作孚民营经济学院兼善文化研究中心主任。“‘兼善’二字，源自《孟子》名句‘穷则独善其身，达则兼善天下’。1940年，著名爱国实业家卢作孚与友人张博和、蒋祥麟共同创办‘兼善餐厅’，同时启用了该店名。餐厅独创的兼善面、兼善汤、兼善包，被称为‘兼善三绝’。”谈起“兼善餐厅”的历史，邓永良说，“兼善餐厅曾是冯玉祥、郭沫若、老舍等名流经常聚会之所。”

对邓永良而言，“兼善”不仅是餐厅品牌，更是融合了家国情怀、商业智慧与地方风物的文化符号。2023年3月，为了助力成渝地区双城经济圈建设，邓永良带着“兼善包”前往四川绵阳，参加涪江流域非遗主题展：“我们的兼善大包在绵阳很受欢迎。”



博物馆内有不少“镇店之宝”

10多年前，除了豪掷4.5万元买下《伍廷芳素食论》外，邓永良还从多个渠道广泛收集不同年代的菜谱。其中，他收集的一本厚约300页的《北京饭店名菜谱》(编于1958年)，上面记载着不少国宴菜品及其烹饪技艺，包括“什锦川丝”“樟茶鸭”“荷叶莲米鸡”等川菜名品。“前不久，有人出价10万元购买这本菜谱，我没有同意。”邓永良说。

在上万本菜谱中，清代菜谱最珍贵，邓永良就收藏了300多本，另外还有新中国成立初期的各地菜谱，这些都是他的“镇店之宝”，也是花钱最多的地方。“所有的菜谱加起来，包括我到全国各地去搜集产生的费用，估计在2000万元以上。”

“有文化的饮食传承才有旺盛的生命力。”去年，四川一家以饮食为特色的高校举办一个大型展览，专门来到重庆北碚，从邓永良的博物馆借了3000册。后来，有人来找邓永良，希望他把博物馆搬到成都去。“兼善文化发源于北碚，作为重庆人我还是想把它留在本地，和四川加强交流与合作即可。”邓永良婉拒了对方的请求。

## 一幅名人题字 见证文化名人与兼善餐厅交往

主雅客来勤。20世纪80年代，张瑞芳、赵忠祥等文化界人士来重庆品尝过兼善餐厅的美食后，留下题字——“兼善，兼善，真美善。”

邓永良说，当时他还在当学徒，是他和师父陈明忠一起给贵宾做的菜，当时题字的场景至今仍记忆犹新。

20世纪40年代，黄炎培、沙千里、郭沫若、夏衍、阳翰笙、赵丹、白杨等文化名人，都是餐厅的座上宾。著名作家老舍在北碚写作《四世同堂》期间，因为营养不良，经常患病、食欲不振，老舍的夫人胡絮青经常来餐厅买兼善汤给老舍佐饭。

邓永良介绍：“兼善汤以鸡肉、猪

蹄筋、鸡蛋、鱿鱼、木耳、胡椒、麸醋等烹制而成，因其汤味酸辣，不仅是鲜香浓郁的美味，还有解酒和养胃的功能。”兼善汤自推出以来，一直广受顾客青睐，20世纪80年代在重庆名小吃评比时，被当时的市商业局命名为“名特小吃”。

北碚豆花是一道名菜，卢作孚曾用它招待过冯玉祥等知名人士。“除了兼善餐厅，北碚的缙云酒家、泉外楼饭店等也很有名气。”邓永良说，他作为北碚菜博物馆的负责人，现在正和徒弟们一起研究将一些名菜品融合创新，让源自重庆的美味发扬光大。

邓永良说，他计划构建一个美食体系：将北碚分散的美食资源——如入选“渝味360碗”的兼善包、缙云醉鸡等，进行系统性地整理、研究、展示和创新。

## 一个兼善包子 至今仍是温暖山城市民的烟火气

1952年7月，兼善餐厅改为北碚国营第二餐厅，之后又改名为前进点心店、冰糕厂等。1984年8月，在旧址恢复了老字号兼善餐厅。

“每一道菜的背后，都有它的‘身世’。”邓永良拿起一枚热气腾腾的包子告诉记者，“这个‘兼善包’，名字里藏着卢作孚先生‘穷则独善其身，达则兼善天下’的胸怀。”邓永良说，“兼善三绝”是历经八十余载沉淀下来的经典。其中，兼善包以其纯手工和面、酱肉、马蹄和火腿混合的独特馅料而闻名，刚出笼时香气扑鼻，面皮洁白松软。现在，仍有不少市民专门驱车前往缙云山兼善餐厅购买热气腾腾的兼善包子；有时，顾客们还会排起长长的队伍，耐心地等候这一经典美食的出锅。

传承之路并非坦途。“传统手工美食，面临着标准化难度大、生产效率低、依赖老师傅、年轻人不愿学等诸多挑战。在规模化、连锁化的现代餐饮工业面前，这些坚守传统技艺的‘老字号’显得势单力薄。”邓永良说，他一方面通过非遗认定、文化宣讲“守正”，另一方面则借助直播培训、跨省展览、参与“渝味360碗”评选等现代传播与营销手段“创新”，不断为传统美食寻找新的消费场景与受众群体。

邓永良被官方认定为“兼善包非遗传承人”，这意味着他肩负着将这项传统制作技艺活态传承下去的责任。此外，邓永良还将深入挖掘的“兼善传承宴”“作孚家宴”等主题宴席，这些正成为北碚打造特色美食品牌的重要组成部分，相关菜品成功入选“重庆地标菜”名单，吸引本地居民与外来游客专程来寻味。

上游财经-重庆晨报记者 陈军 摄影报道



“56年给了我如今的从容和气度，让我更专注眼前的事，珍惜眼前的人，负责任于眼前的团队。56岁是我人生精彩的开始，翻开最新的一页，依然保持当年的自信。年龄只是一个数字，相信未来更加辉煌！”12月18日是兼善餐厅传承人邓永良56岁生日，当天他发了一条朋友圈，“我曾亲眼见证过赵忠祥、张瑞芳等文化名人为餐厅题字，也格外注重重庆美味的传承创新。”

兼善餐厅，这家始于1940年的重庆老字号，由著名实业家卢作孚、兼善中学校长张博和及校董蒋祥麟共同创办，仅比兼善中学晚了10年。

兼善餐厅接待过众多名人。1942年，爱国将领冯玉祥常来餐厅就餐，对员工求字有求必应，爽快地写下“还我河山”等抗日宣传条幅相赠。在邓永良记忆中，85年的时光积淀，还有诸多名人与餐厅的往事秘闻需要梳理，作为传承人，他不仅要教会徒弟经营餐厅，还要将上万册珍藏菜谱数字化，进行文化推广。

## 一本清末手抄菜谱 广东客人品读后赞不绝口

2025年12月初，广东顺德的一个旅行团来到重庆旅游，在游览了缙云山后，选择在兼善餐厅吃饭。饭后，客人主动添加了邓永良的微信。

“他们对饭菜的味道非常满意，并称这是两周来吃得最好的一顿饭。”邓永良的微信头像是一个“善”字，昵称“邓掌柜”。“一个兼善、一个永良，连起来就是永远善良。”邓永良这样解释他和兼善餐厅的故事。

饭后，广东客人非常好奇地走进餐厅2楼的“北碚菜博物馆”，这里保存着上万册菜谱，时间跨度超过100年。一本清末民初的手抄菜谱《伍廷芳素食论》，吸引了客人的目光，他们争相传阅。

伍廷芳是中国近代第一位法学博士，广东江门人，清末民初著名的政治家、外交家、法学家，曾主持签订过中国自鸦片战争以来第一个平等条约《中墨通商条约》，其在广东等地有不少“粉丝”。

“他们说，在广东生活了几十年，从来没有见过这样一本伍廷芳关于饮食文化的书。”12月24日中午

，邓永良向记者展示了这本书。书的序言虽然简短，但引人入胜：“理论上说人类平均寿命应达到125岁，但是这非常罕见，大概是因为不讲卫生、不补身体、一饮一食但求口味等原因造成的。”所以主张科学饮食，要重视谷类食物，不要吃过多的肉，要注意搭配。

“这些理念至今仍有指导意义和研究价值。”邓永良说，该书书页已经泛黄，但手写的字迹仍然清晰可见。遗憾的是书末有一些缺页，还有少许虫蛀过的痕迹。

## 一本记录国宴的菜谱 有人愿意出价10万元购买

在邓永良办公室墙上醒目位置，挂着一幅书法题字——卢作孚兼善文化传承人邓永良：弘扬兼善传统厨德，赓续圣手工匠精神。题字者为罗楷经，他的父亲是川菜名师罗国荣。罗国荣创制了罗派川菜，一些名菜品经常出现在国宴菜单上。

除了兼善餐厅第四代传人，邓永良还有一个身份——卢作孚民营经济学院兼善文化研究中心主任。“‘兼善’二字，源自《孟子》名句‘穷则独善其身，达则兼善天下’。1940年，著名爱国实业家卢作孚与友人张博和、蒋祥麟共同创办‘兼善餐厅’，同时启用了该店名。餐厅独创的兼善面、兼善汤、兼善包，被称为‘兼善三绝’。”谈起“兼善餐厅”的历史，邓永良说，“兼善餐厅曾是冯玉祥、郭沫若、老舍等名流经常聚会之所。”

对邓永良而言，“兼善”不仅是餐厅品牌，更是融合了家国情怀、商业智慧与地方风物的文化符号。2023年3月，为了助力成渝地区双城经济圈建设，邓永良带着“兼善包”前往四川绵阳，参加涪江流域非遗主题展：“我们的兼善大包在绵阳很受欢迎。”



博物馆内有不少“镇店之宝”

10多年前，除了豪掷4.5万元买下《伍廷芳素食论》外，邓永良还从多个渠道广泛收集不同年代的菜谱。其中，他收集的一本厚约300页的《北京饭店名菜谱》(编于1958年)，上面记载着不少国宴菜品及其烹饪技艺，包括“什锦川丝”“樟茶鸭”“荷叶莲米鸡”等川菜名品。“前不久，有人出价10万元购买这本菜谱，我没有同意。”邓永良说。

在上万本菜谱中，清代菜谱最珍贵，邓永良就收藏了300多本，另外还有新中国成立初期的各地菜谱，这些都是他的“镇店之宝”，也是花钱最多的地方。“所有的菜谱加起来，包括我到全国各地去搜集产生的费用，估计在2000万元以上。”

“有文化的饮食传承才有旺盛的生命力。”去年，四川一家以饮食为特色的高校举办一个大型展览，专门来到重庆北碚，从邓永良的博物馆借了3000册。后来，有人来找邓永良，希望他把博物馆搬到成都去。“兼善文化发源于北碚，作为重庆人我还是想把它留在本地，和四川加强交流与合作即可。”邓永良婉拒了对方的请求。

## 一幅名人题字 见证文化名人与兼善餐厅交往

主雅客来勤。20世纪80年代，张瑞芳、赵忠祥等文化界人士来重庆品尝过兼善餐厅的美食后，留下题字——“兼善，兼善，真美善。”

邓永良说，当时他还在当学徒，是他和师父陈明忠一起给贵宾做的菜，当时题字的场景至今仍记忆犹新。

20世纪40年代，黄炎培、沙千里、郭沫若、夏衍、阳翰笙、赵丹、白杨等文化名人，都是餐厅的座上宾。著名作家老舍在北碚写作《四世同堂》期间，因为营养不良，经常患病、食欲不振，老舍的夫人胡絮青经常来餐厅买兼善汤给老舍佐饭。

邓永良介绍：“兼善汤以鸡肉、猪

蹄筋、鸡蛋、鱿鱼、木耳、胡椒、麸醋等烹制而成，因其汤味酸辣，不仅是鲜香浓郁的美味，还有解酒和养胃的功能。”兼善汤自推出以来，一直广受顾客青睐，20世纪80年代在重庆名小吃评比时，被当时的市商业局命名为“名特小吃”。

北碚豆花是一道名菜，卢作孚曾用它招待过冯玉祥等知名人士。“除了兼善餐厅，北碚的缙云酒家、泉外楼饭店等也很有名气。”邓永良说，他作为北碚菜博物馆的负责人，现在正和徒弟们一起研究将一些名菜品融合创新，让源自重庆的美味发扬光大。

邓永良说，他计划构建一个美食体系：将北碚分散的美食资源——如入选“渝味360碗”的兼善包、缙云醉鸡等，进行系统性地整理、研究、展示和创新。

## 一个兼善包子 至今仍是温暖山城市民的烟火气

1952年7月，兼善餐厅改为北碚国营第二餐厅，之后又改名为前进点心店、冰糕厂等。1984年8月，在旧址恢复了老字号兼善餐厅。

“每一道菜的背后，都有它的‘身世’。”邓永良拿起一枚热气腾腾的包子告诉记者，“这个‘兼善包’，名字里藏着卢作孚先生‘穷则独善其身，达则兼善天下’的胸怀。”邓永良说，“兼善三绝”是历经八十余载沉淀下来的经典。其中，兼善包以其纯手工和面、酱肉、马蹄和火腿混合的独特馅料而闻名，刚出笼时香气扑鼻，面皮洁白松软。现在，仍有不少市民专门驱车前往缙云山兼善餐厅购买热气腾腾的兼善包子；有时，顾客们还会排起长长的队伍，耐心地等候这一经典美食的出锅。

传承之路并非坦途。“传统手工美食，面临着标准化难度大、生产效率低、依赖老师傅、年轻人不愿学等诸多挑战。在规模化、连锁化的现代餐饮工业面前，这些坚守传统技艺的‘老字号’显得势单力薄。”邓永良说，他一方面通过非遗认定、文化宣讲“守正”，另一方面则借助直播培训、跨省展览、参与“渝味360碗”评选等现代传播与营销手段“创新”，不断为传统美食寻找新的消费场景与受众群体。

邓永良被官方认定为“兼善包非遗传承人”，这意味着他肩负着将这项传统制作技艺活态传承下去的责任。此外，邓永良还将深入挖掘的“兼善传承宴”“作孚家宴”等主题宴席，这些正成为北碚打造特色美食品牌的重要组成部分，相关菜品成功入选“重庆地标菜”名单，吸引本地居民与外来游客专程来寻味。

上游财经-重庆晨报记者 陈军 摄影报道



“56年给了我如今的从容和气度，让我更专注眼前的事，珍惜眼前的人，负责任于眼前的团队。56岁是我人生精彩的开始，翻开最新的一页，依然保持当年的自信。年龄只是一个数字，相信未来更加辉煌！”12月18日是兼善餐厅传承人邓永良56岁生日，当天他发了一条朋友圈，“我曾亲眼见证过赵忠祥、张瑞芳等文化名人为餐厅题字，也格外注重重庆美味的传承创新。”

兼善餐厅，这家始于1940年的重庆老字号，由著名实业家卢作孚、兼善中学校长张博和及校董蒋祥麟共同创办，仅比兼善中学晚了10年。

兼善餐厅接待过众多名人。1942年，爱国将领冯玉祥常来餐厅就餐，对员工求字有求必应，爽快地写下“还我河山”等抗日宣传条幅相赠。在邓永良记忆中，85年的时光积淀，还有诸多名人与餐厅的往事秘闻需要梳理，作为传承人，他不仅要教会徒弟经营餐厅，还要将上万册珍藏菜谱数字化，进行文化推广。

## 一本清末手抄菜谱 广东客人品读后赞不绝口

2025年12月初，广东顺德的一个旅行团来到重庆旅游，在游览了缙云山后，选择在兼善餐厅吃饭。饭后，客人主动添加了邓永良的微信。

“他们对饭菜的味道非常满意，并称这是两周来吃得最好的一顿饭。”邓永良的微信头像是一个“善”字，昵称“邓掌柜”。“一个兼善、一个永良，连起来就是永远善良。”邓永良这样解释他和兼善餐厅的故事。

饭后，广东客人非常好奇地走进餐厅2楼的“北碚菜博物馆”，这里保存着上万册菜谱，时间跨度超过100年。一本清末民初的手抄菜谱《伍廷芳素食论》，吸引了客人的目光，他们争相传阅。

伍廷芳是中国近代第一位法学博士，广东江门人，清末民初著名的政治家、外交家、法学家，曾主持签订过中国自鸦片战争以来第一个平等条约《中墨通商条约》，其在广东等地有不少“粉丝”。

“他们说，在广东生活了几十年，从来没有见过这样一本伍廷芳关于饮食文化的书。”12月24日中午

，邓永良向记者展示了这本书。书的序言虽然简短，但引人入胜：“理论上说人类平均寿命应达到125岁，但是这非常罕见，大概是因为不讲卫生、不补身体、一饮一食但求口味等原因造成的。”所以主张科学饮食，要重视谷类食物，不要吃过多的肉，要注意搭配。

“这些理念至今仍有指导意义和研究价值。”邓永良说，该书书页已经泛黄，但手写的字迹仍然清晰可见。遗憾的是书末有一些缺页，还有少许虫蛀过的痕迹。

## 一本记录国宴的菜谱 有人愿意出价10万元购买

在邓永良办公室墙上醒目位置，挂着一幅书法题字——卢作孚兼善文化传承人邓永良：弘扬兼善传统厨德，赓续圣手工匠精神。题字者为罗楷经，他的父亲是川菜名师罗国荣。罗国荣创制了罗派川菜，一些名菜品经常出现在国宴菜单上。

除了兼善餐厅第四代传人，邓永良还有一个身份——卢作孚民营经济学院兼善文化研究中心主任。“‘兼善’二字，源自《孟子》名句‘穷则独善其身，达则兼善天下’。1940年，著名爱国实业家卢作孚与友人张博和、蒋祥麟共同创办‘兼善餐厅’，同时启用了该店名。餐厅独创的兼善面、兼善汤、兼善包，被称为‘兼善三绝’。”谈起“兼善餐厅”的历史，邓永良说，“兼善餐厅曾是冯玉祥、郭沫若、老舍等名流经常聚会之所。”

对邓永良而言，“兼善”不仅是餐厅品牌，更是融合了家国情怀、商业智慧与地方风物的文化符号。2023年3月，为了助力成渝地区双城经济圈建设，邓永良带着“兼善包”前往四川绵阳，参加涪江流域非遗主题展：“我们的兼善大包在绵阳很受欢迎。”



博物馆内有不少“镇店之宝”

10多年前，除了豪掷4.5万元买下《伍廷芳素食论》外，邓永良还从多个渠道广泛收集不同年代的菜谱。其中，他收集的一本厚约300页的《北京饭店名菜谱》(编于1958年)，上面记载着不少国宴菜品及其烹饪技艺，包括“什锦川丝”“樟茶鸭”“荷叶莲米鸡”等川菜名品。“前不久，有人出价10万元购买这本菜谱，我没有同意。”邓永良说。

在上万本菜谱中，清代菜谱最珍贵，邓永良就收藏了300多本，另外还有新中国成立初期的各地菜谱，这些都是他的“镇店之宝”，也是花钱最多的地方。“所有的菜谱加起来，包括我到全国各地去搜集产生的费用，估计在2000万元以上。”

“有文化的饮食传承才有旺盛的生命力。”去年，四川一家以饮食为特色的高校举办一个大型展览，专门来到重庆北碚，从邓永良的博物馆借了3000册。后来，有人来找邓永良，希望他把博物馆搬到成都去。“兼善文化发源于北碚，作为重庆人我还是想把它留在本地，和四川加强交流与合作即可。”邓永良婉拒了对方的请求。

## 一幅名人题字 见证文化名人与兼善餐厅交往

主雅客来勤。20世纪80年代，张瑞芳、赵忠祥等文化界人士来重庆品尝过兼善餐厅的美食后，留下题字——“兼善，兼善，真美善。”

邓永良说，当时他还在当学徒，是他和师父陈明忠一起给贵宾做的菜，当时题字的场景至今仍记忆犹新。

20世纪40年代，黄炎培、沙千里、郭沫若、夏衍、阳翰笙、赵丹、白杨等文化名人，都是餐厅的座上宾。著名作家老舍在北碚写作《四世同堂》期间，因为营养不良，经常患病、食欲不振，老舍的夫人胡絮青经常来餐厅买兼善汤给老舍佐饭。

邓永良介绍：“兼善汤以鸡肉、猪

蹄筋、鸡蛋、鱿鱼、木耳、胡椒、麸醋等烹制而成，因其汤味酸辣，不仅是鲜香浓郁的美味，还有解酒和养胃的功能。”兼善汤自推出以来，一直广受顾客青睐，20世纪80年代在重庆名小吃评比时，被当时的市商业局命名为“名特小吃”。

北碚豆花是一道名菜，卢作孚曾用它招待过冯玉祥等知名人士。“除了兼善餐厅，北碚的缙云酒家、泉外楼饭店等也很有名气。”邓永良说，他作为北碚菜博物馆的负责人，现在正和徒弟们一起研究将一些名菜品融合创新，让源自重庆的美味发扬光大。

邓永良说，他计划构建一个美食体系：将北碚分散的美食资源——如入选“渝味360碗”的兼善包、缙云醉鸡等，进行系统性地整理、研究、展示和创新。

## 一个兼善包子 至今仍是温暖山城市民的烟火气

1952年7月，兼善餐厅改为北碚国营第二餐厅，之后又改名为前进点心店、冰糕厂等。1984年8月，在旧址恢复了老字号兼善餐厅。

“每一道菜的背后，都有它的‘身世’。”邓永良拿起一枚热气腾腾的包子告诉记者，“这个‘兼善包’，名字里藏着卢作孚先生‘穷则独善其身，达则兼善天下’的胸怀。”邓永良说，“兼善三绝”是历经八十余载沉淀下来的经典。其中，兼善包以其纯手工和面、酱肉、马蹄和火腿混合的独特馅料而闻名，刚出笼时香气扑鼻，面皮洁白松软。现在，仍有不少市民专门驱车前往缙云山兼善餐厅购买热气腾腾的兼善包子；有时，顾客们还会排起长长的队伍，耐心地等候这一经典美食的出锅。

传承之路并非坦途。“传统手工美食，面临着标准化难度大、生产效率低、依赖老师傅、年轻人不愿学等诸多挑战。在规模化、连锁化的现代餐饮工业面前，这些坚守传统技艺的‘老字号’显得势单力薄。”邓永良说，他一方面通过非遗认定、文化宣讲“守正”，另一方面则借助直播培训、跨省展览、参与“渝味360碗”评选等现代传播与营销手段“创新”，不断为传统美食寻找新的消费场景与受众群体。

邓永良被官方认定为“兼善包非遗传承人”，这意味着他肩负着将这项传统制作技艺活态传承下去的责任。此外，邓永良还将深入挖掘的“兼善传承宴”“作孚家宴”等主题宴席，这些正成为北碚打造特色美食品牌的重要组成部分，相关菜品成功入选“重庆地标菜”名单，吸引本地居民与外来游客专程来寻味。

上游财经-重庆晨报记者 陈军 摄影报道



“56年给了我如今的从容和气度，让我更专注眼前的事，珍惜眼前的人，负责任于眼前的团队。56岁是我人生精彩的开始，翻开最新的一页，依然保持当年的自信。年龄只是一个数字，相信未来更加辉煌！”12月18日是兼善餐厅传承人邓永良56岁生日，当天他发了一条朋友圈，“我曾亲眼见证过赵忠祥、张瑞芳等文化名人为餐厅题字，也格外注重重庆美味的传承创新。”

兼善餐厅，这家始于1940年的重庆老字号，由著名实业家卢作孚、兼善中学校长张博和及校董蒋祥麟共同创办，仅比兼善中学晚了10年。

兼善餐厅接待过众多名人。1942年，爱国将领冯玉祥常来餐厅就餐，对员工求字有求必应，爽快地写下“还我河山”等抗日宣传条幅相赠。在邓永良记忆中，85年的时光积淀，还有诸多名人与餐厅的往事秘闻需要梳理，作为传承人，他不仅要教会徒弟经营餐厅，还要将上万册珍藏菜谱数字化，进行文化推广。

## 一本清末手抄菜谱 广东客人品读后赞不绝口

2025年12月初，广东顺德的一个旅行团来到重庆旅游，在游览了缙云山后，选择在兼善餐厅吃饭。饭后，客人主动添加了邓永良的微信。

“他们对饭菜的味道非常满意，并称这是两周来吃得最好的一顿饭。”邓永良的微信头像是一个“善”字，昵称“邓掌柜”。“一个兼善、一个永良，连起来就是永远善良。”邓永良这样解释他和兼善餐厅的故事。

饭后，广东客人非常好奇地走进餐厅2楼的“北碚菜博物馆”，这里保存着上万册菜谱，时间跨度超过100年。一本清末民初的手抄菜谱《伍廷芳素食论》，吸引了客人的目光，他们争相传阅。

伍廷芳是中国近代第一位法学博士，广东江门人，清末民初著名的政治家、外交家、法学家，曾主持签订过中国自鸦片战争以来第一个平等条约《中墨通商条约》，其在广东等地有不少“粉丝”。

“他们说，在广东生活了几十年，从来没有见过这样一本伍廷芳关于饮食文化的书。”12月24日中午

，邓永良向记者展示了这本书。书的序言虽然简短，但引人入胜：“理论上说人类平均寿命应达到125岁，但是这非常罕见，大概是因为不讲卫生、不补身体、一饮一食但求口味等原因造成的。”所以主张科学饮食，要重视谷类食物，不要吃过多的肉，要注意搭配。

“这些理念至今仍有指导意义和研究价值。”邓永良说，该书书页已经泛黄，但手写的字迹仍然清晰可见。遗憾的是书末有一些缺页，还有少许虫蛀过的痕迹。

## 一本记录国宴的菜谱 有人愿意出价10万元购买

在邓永良办公室墙上醒目位置，挂着一幅书法题字——卢作孚兼善文化传承人邓永良：弘扬兼善传统厨德，赓续圣手工匠精神。题字者为罗楷经，他的父亲是川菜名师罗国荣。罗国荣创制了罗派川菜，一些名菜品经常出现在国宴菜单上。

除了兼善餐厅第四代传人，邓永良还有一个身份——卢作孚民营经济学院兼善文化研究中心主任。“‘兼善’二字，源自《孟子》名句‘穷则独善其身，达则兼善天下’。1940年，著名爱国实业家卢作孚与友人张博和、蒋祥麟共同创办‘兼善餐厅’，同时启用了该店名。餐厅独创的兼善面、兼善汤、兼善包，被称为‘兼善三绝’。”谈起“兼善餐厅”的历史，邓永良说，“兼善餐厅曾是冯玉祥、郭沫若、老舍等名流经常聚会之所。”

对邓永良而言，“兼善”不仅是餐厅品牌，更是融合了家国情怀、商业智慧与地方风物的文化符号。2023年3月，为了助力成渝地区双城经济圈建设，邓永良带着“兼善包”前往四川绵阳，参加涪江流域非遗主题展：“我们的兼善大包在绵阳很受欢迎。”



博物馆内有不少“镇店之宝”

10多年前，除了豪掷4.5万元买下《伍廷芳素食论》外，邓永良还从多个渠道广泛收集不同年代的菜谱。其中，他收集的一本厚约300页的《北京饭店名菜谱》(编于1958年)，上面记载着不少国宴菜品及其烹饪技艺，包括“什锦川丝”“樟茶鸭”“荷叶莲米鸡”等川菜名品。“前不久，有人出价10万元购买这本菜谱，我没有同意。”邓永良说。

在上万本菜谱中，清代菜谱最珍贵，邓永良就收藏了300多本，另外还有新中国成立初期的各地菜谱，这些都是他的“镇店之宝”，也是花钱最多的地方。“所有的菜谱加起来，包括我到全国各地去搜集产生的费用，估计在2000万元以上。”

“有文化的饮食传承才有旺盛的生命力。”去年，四川一家以饮食为特色的高校举办一个大型展览，专门来到重庆北碚，从邓永良的博物馆借了3000册。后来，有人来找邓永良，希望他把博物馆搬到成都去。“兼善文化发源于北碚，作为重庆人我还是想把它留在本地，和四川加强交流与合作即可。”邓永良婉拒了对方的请求。

## 一幅名人题字 见证文化名人与兼善餐厅交往

主雅客来勤。20世纪80年代，张瑞芳、赵忠祥等文化界人士来重庆品尝过兼善餐厅的美食后，留下题字——“兼善，兼善，真美善。”

邓永良说，当时他还在当学徒，是他和师父陈明忠一起给贵宾做的菜，当时题字的场景至今仍记忆犹新。

20世纪40年代，黄炎培、沙千里、郭沫若、夏衍、阳翰笙、赵丹、白杨等文化名人，都是餐厅的座上宾。著名作家老舍在北碚写作《四世