陈冲：做好一碗扣肉 当湘菜出海的“探路者”

“说实话，做扣肉标准化，是被逼出来的。”

这位1971年出生的河南信阳汉子，当过兵、进过国营纺织厂。1998年，夫妻双双下岗后，他揣着几百元钱来长沙投奔表哥。从餐厅学徒到卖辣椒酱，一路摸爬滚打，他将原本属于粤菜的梅菜扣肉，做成了远销十余国的湘菜爆品。如今，他手握“扣肉标准化品类开创者”认证，产品年销量达3000万份，累计服务全国超4万家餐饮门店。 ■文/许伟哲



破局 掌握口味的“分寸”

扣肉是湖南餐桌上的“硬菜”，却也是餐厅后厨的“痛点”。早年跑后厨时，陈冲常听老板们抱怨：选肉、上色、走油、蒸制，全凭师傅手感。老师傅一走，口味便难以为继，回头客也随之流失。

“难就难在一个‘分寸’。”陈冲掰着手指细数难点：一是原料，扣肉七分靠肉，五花肉的肥瘦比和新鲜度一旦波动，后续功夫皆成空；二是工艺，老师傅“看火色”“凭手感”的经验，难以复制；三是口味，湖南14个市州口味各异，标准难以统一。

如何破局？“笨办法加死磕。”原料上，他与养殖基地签订十年长约，死卡“肥瘦比3:7”的红线；工艺上，将老师傅的经验拆解为12道可复制工序，火候、蒸制时间全部数据化；口味上，历经上百次调试，找到“最大公约数”——既保留湘味的魂，又让外地食客能接受。

出海亦是同理。“底味不能丢，风味要学会变。”针对东南亚及欧美市场，产品辣度适当调低，但剁椒的鲜、豆豉的香，“半点儿不能动”。“先让老外觉得‘真香’，再让他们记住这是湘味。”陈冲说。

出圈 保证成品的稳定

如今，许大师扣肉不仅进驻盒马、华润万家等商超，更进入兰湘子、彭厨、费大厨等知名湘菜品牌的后厨，并成为锅圈食汇、兴盛优选的爆品。不少餐饮老板反馈：“以前花8000元都难留住一个扣肉师傅，现在无需专人，简单加热即可出餐，出品稳、速度快，省下的人力成本够再开半家店。”

“我们不是替代厨师，而是给厨师减负。”陈冲解释，工厂将功夫菜中费时费力的环节前置，让厨师能专注于更具价值的研发。一位合作五年的湘菜大师坦言：“以前天天盯着蒸笼，现在能腾出手研发新菜，效益更好。”

在陈冲看来，湘菜出海，光靠师傅背锅闯世界不够，必须拥有稳定的“工业底盘”。服务4万家门店，不仅是数字，更是实打实的信任。

出海 把味道和标准带出去

今年9月，“味道湖南·2026湘菜国际化促进大会”暨“五洲大厨来湘烩”品鉴交流活动启幕，许大师成为活动总冠名商。借此次五洲大厨齐聚湖南的契机，陈冲计划推进三件事：一是亮标准，向海外同行展示湘菜标准化、可复制、能量产的优势；二是建链接，对接海外渠道与中餐协会，推动扣肉进入海外中餐菜单；三是磨产品，针对各国不同的口味偏好与认证标准，面对面沟通，精准打磨产品。

2021年，陈冲制作了一口直径2.4米、重约1200公斤的巨型扣肉，拿下大世界基尼斯认证，至今仍被他视为“高光时刻”。“当时有人笑我折腾，我只想证明，中国人做的扣肉，可以这么讲究。”

“湘菜出海，不是把湖南的厨房搬过去，而是把味道和标准带出去。”陈冲语气沉稳，“湖南菜要走向世界，先得让世界愿意尝一口湖南味。许大师愿意做那个递筷子的人。”

从河南信阳到长沙望城，从下岗工人到湘式扣肉标准化的探路者，从几百平方米的小作坊到三座标准化生产基地，陈冲走了二十八年。他不擅谈情怀，只信“肉选得好，火候拿得稳，味道不会骗人”。

湘菜出海，缺的从来不是口号，而是这种愿意在一块肉上抠分寸、死磕到底的人。正如他所说，把碗端稳，把肉做香，就够了。

