

“碎步炒粉爷爷”出圈，一人带火一条街

衡阳67岁爷爷万树丰回应：“碎步颠锅”技法是腰疾逼出来的，承诺7元一份绝不涨价

炒粉爷爷在现场烹饪。
袁红霞 摄



扫码看视频



湖南衡阳炒粉爷爷摊位现场人山人海。 袁红霞 摄

近日，湖南衡阳县，一位67岁的炒粉爷爷凭借独特的“碎步颠粉”画面刷屏全网，被网友亲切称作“湖南人自己的鸡排哥”。

一夜爆火后，万爷爷的小摊前排起长龙。7月13日晚，记者专程来到衡阳县帝龙时代广场的夜市，采访了这位走红全网的“碎步炒粉爷爷”万树丰。老人坚守初心、平价经营、诚信做事的模样，更让这份衡阳烟火温暖了万千人心。

■文/ 三湘都市报全媒体见习记者 刘文
视频/袁红霞 谢佳荣

全网刷屏！“炒粉爷爷”感谢网友的关心和喜爱

13日，虽然天气闷热难耐，但丝毫挡不住市民和游客的热情。记者在现场看到，万树丰的小摊刚支起，瞬间就被围得水泄不通，里三层外三层的人群将摊位围成“人墙”，慕名打卡的食客络绎不绝。

灶台边，万树丰一手稳稳扶住锅沿，一手把控火候，每一次颠锅、翻炒、标志性的碎步动作都会嗨动全场。

一锅热气腾腾的米粉刚端上桌，就被等候已久的食客取走，摊位前始终供不应求，万树丰几乎没有停歇的时间，全程埋头翻炒。

看着连日操劳、疲惫的万树丰，他的老伴也忍不住一同出摊，在现场帮忙收拾、递餐、打理摊位琐事。老两口并肩守着小小灶台的模样，成为夜市里最动人的风景。

谈及“碎步颠锅”技法，万树丰告诉记者，“自己腰部时常酸痛，踩着小碎步翻炒的方式，既能借力缓冲腰部压力，又能让米粉受热均匀、翻炒入味。”

面对网友们担心他年事已高、太过劳累，万树丰笑着回应：“自己身体硬朗，常年干活早已习惯，忙活起来并不觉得疲惫，十分感谢网友的关心和喜爱。”

承诺绝不涨价，“不健康的东西我不搞”

爆火之后，有不少网友善意劝大爷涨点价，但这一提议被万树丰拒绝：“绝不涨一分钱，要感谢每一位爱我炒粉的顾客。”

粉面7元一份，实惠的价格、足量的用料，是他多年不变的坚守。

针对网友普遍关心的食品安全、食材健康问题，万树丰郑重向大家承诺：“我炒粉十多年了，没有加任何添加剂，只用盐、麻油、花生油和猪油搭配炒制。”

十几年如一日的纯粹用料、用心炒制，让每一碗炒粉，既有市井烟火的滋味，更有让人安心的底气。从前他早早就收摊休息，如今即便熬到凌晨，摊位前依旧排队不断。

记者了解到，万树丰如今儿女事业有成，早已多次劝说他放下灶台、回家安享清福。但闲不住的他，在村里土地征收后，依旧选择支起小摊坚守夜市。对万树丰而言，摆摊谋生早已不只是增收糊口的手段，更是他热爱的生

活方式，夜市的热闹喧嚣、食客的认可夸赞，让他收获了满满的充实感与幸福感。

一人带火一条街，暖心配套服务获点赞

万树丰的爆火，不仅带红了自己的小小摊位，更盘活了整条夜市街区的烟火气。周边摊主邓女士告诉记者，“万爷爷是夜市资深老牌摊主，为人谦和淳朴、从不与人争执，在街坊邻里和食客心中口碑极佳。”自从万树丰走红后，整个夜市的人流量大幅攀升，她经营的茶饮摊位生意火爆，饮品常常快速售罄。

“欢迎全国的网友来尝尝地道的渣江米粉，周末不忙，来趟衡阳！”邓女士热情推介家乡美食。专程从长沙赶来的游客雷先生被万树丰的真诚和坚守深深打动，直接暖心包下摊位，连续两天免费请市民游客吃炒粉。雷先生告诉记者：“夏日天气炎热，万爷爷体力有限，一天最多只能炒制100份米粉，看着大家顶着高温长时间排队等候于心不忍。也希望能尽自己的一点心意，帮爷爷减轻一点负担。”

“碎步炒粉爷爷”出圈后，网友纷纷喊话当地文旅部门快接住这波泼天的流量，衡阳县文旅也十分“听劝”。为保障摊位有序运转、守护老人身体健康、优化市民打卡体验，衡阳县多部门联动发力，全方位做好后勤保障工作。

现场，交警、特警、辅警全员在岗，有序疏导车人流，维持现场秩序，避免人群聚集拥堵；衡阳县文旅还专门安排志愿者驻守摊位，贴心为打卡市民、过往游客免费提供饮用水、绿豆沙等清凉解暑物资。

此外，衡阳县文旅还专门为万树丰的小摊翻新，贴心摆放两台风扇持续降温，避免老人高温中暑。

现场志愿者表示，大家的核心工作就是做好全方位后勤服务，留住衡阳本土市井烟火气，让远道而来的游客安心打卡、舒心体验。

一夜出圈的网红热度，终究抵不过日复一日的真诚坚守。67岁的万树丰，没有营销炒作，没有流量套路，凭良心做事、凭真诚待人，用一双勤劳的手、一碗平价的炒粉、一份纯粹的初心，跳出最动人的市井碎步，炒出最地道的衡阳烟火。

近镜头

心疼老伴，奶奶替炒粉爷爷掌勺



扫码看视频

7月13日晚，湖南衡阳，记者拍到“碎步炒粉爷爷”摊位暖心一幕，热得满头大汗的爷爷稍作休息，吃完一块西瓜后，看着颠锅的奶奶，他又立马起身接过手进入“战斗”状态。据了解，爷爷走红后摊位客流爆满，一个人摆摊颠锅、忙个不停，原本不用出摊的奶奶，心疼老伴太过劳累，也主动赶来摊位搭把手。不少网友喊话：天太热，爷爷奶奶别太辛苦，要注意身体。

本报携手天天正能量
启动百万“心愿助力”计划
**你的点赞
就是公益的力量**



扫码看视频

三湘都市报 7月14日讯 一年前，三湘都市报携手天天正能量启动“小微公益行动者寻访计划”，拿出百万公益金，在全国寻找那些默默改变世界的普通人。截至目前，该计划已发现并奖励120组小微公益行动者及团队，本报挖掘报道的40位留守老人的“共享女儿”帅兰芳、32年资助300余孩子上学的王玉梅等人物曾获该荣誉。

2026年，我们将“寻访”升级为“助力”。小微公益行动者或许没有宏大的规划，却有着一个个具体而微小的心愿：为盲人开发智能眼镜、助力肢残人士享受“旅行自由”……这些心愿背后，有一份动人的热诚，更有一份独特的洞察，去回应少有人问津的真实需求。

和此前5000或10000元的固定公益金不同，心愿助力计划将根据每个心愿的实际需求匹配公益金。小微公益行动者提交心愿，经本报与平台共同审核后，即可发起公众助力——媒体倡导、人人参与、阿里公益天天正能量出资支持。

网友只需打开支付宝或微信搜索“人人3小时”，进入平台找到“天天正能量心愿助力”，用点赞的方式为心愿加油。当心愿集满设定的目标点赞数后，阿里公益将向公益人提供现金支持。你的每一次点赞，都在让一个公益心愿离实现更进一步。

心愿征集标准：草根性、持续性和创新性——由普通个体或民间小组发起，以独特方式持续回应某一社会痛点，兼具感染力和可复制性。

小微公益行动者心愿报名可通过本报邮箱sxdsb168@163.com，也可发送至邮箱：zhengnengliang@alibaba-inc.com。

三湘都市报将持续深入一线挖掘和推荐小微公益心愿，与平台共同审核把关，讲述心愿背后的动人故事，追踪每一份善意的回响。汇聚万千点赞，点亮公益心愿。期待每一个有爱的你，与天天正能量和我们在一起，见证更多心愿的回响。 ■文/视频 全媒体记者 田甜



扫码点赞助力。