

“什么是好湘菜” “湘菜如何好吃又健康” 金句来了！嘉宾说了什么

■整理 / 何婷 麻凯阳 胡林彤



湖南日报社党组成员、社务委员
华声在线股份有限公司总裁 李勇

湖南日报社将继续依托党报主流媒体集团优势，大力宣传湘菜产业规模持续扩大、结构显著优化、融合创新提速、经济效益增强的蓬勃发展势头，加强湘菜名菜、名店、名企、名师和名食材宣传推介，讲好湘菜传承创新故事，为把湘菜品牌擦得更亮、推进健康湘菜出圈出彩和湘菜产业高质量发展贡献更多力量。



湖南省水稻研究所所长、水稻国家工程实验室（长沙）副主任 王伟平

百姓喜欢重口味菜的原因之一是米不好吃，市场上普通大米在营养和品质上与消费者需求差距大。湖南省水稻研究所专门从事水稻品种选育，近年尤其注重提升水稻品种品质，在全国高端米评选中 12 次获得金奖，如南县稻虾米等高端大米深受市场欢迎。希望加强产业合作，将米的元素融入健康湘菜打造，两大产业相辅相成，共同做强做大。



湖南省预制菜产业协会会长
大湘菜报原总编辑 陈胜年

湘菜产业历经快速发展，正由粗放的野蛮生长转向理性发展阶段，并积极寻求健康转型，力图打破重油、重盐、重辣的固有印象。同时，预制菜产业虽争议不断，但其标准化、可溯源、调料量化的特点，以及短保模式的推行，预示着其未来将大行其道。当下，湘菜预制菜企业应以健康为要，加强研发，满足消费者对美味健康饮食的需求。



冰火楼酒店管理有限公司
董事长 胡艳萍

湘菜是湖南饮食文化名片，既要有阳春白雪的诗情画意，也要有下里巴人的味道江湖。冰火楼在 2019 年将品牌定位升级为“健康湘菜”，从源头正宗、新鲜供应、健康烹饪三个维度开启新时代。我们餐饮人在坚守湘菜“本味”的同时，还需要在用餐形式上、饮食搭配上、出品形式上与其他区域饮食文化融汇贯通，甚至中西合璧。



湖南省委接待办原党委副书记、
享受国务院特殊津贴专家 张志君

健康湘菜要从烹饪入手，烹饪虽是湘菜环节的末端，但需追溯前端和终端，把好源头关，把控食材源头，不少餐饮企业尤其是大品牌连锁企业，已通过自有基地、与合作社合作等形式把好源头关，这是很好的做法，做好这点能让健康湘菜的实现更进一步。同时，健康湘菜还应注重营养，要进行科学合理搭配，摆脱固有形象走向健康时尚。



全国五一劳动奖章获得者
毛家菜传承第一人 徐大斌

湘菜的健康发展是要标准化，对品质及加工等方面设定统一的标准，倡导“好食材，简单做”，让湘菜美味与健康兼得。当我们放眼湘菜的持续创新与长远发展，不难发现人才是推动湘菜行业发展的核心力量，只有高度重视人才培养，构建完善的人才梯队，才能做大做强产业，将湘菜文化推向更广阔的舞台。



湘菜研究院副院长 方八另

近代湘菜的“油重色浓”，是被消费者误读的一句话。加盐，是近 30 年的故事。减油减盐，是中高档湘菜的一条出路。吃食材本味，要从减油减盐开始做起，不再是“油多不坏菜”“咸点下饭”。同时，还要遵循重油多盐的地域差异，要保持社会餐饮的重口味风格。城市和山区，是使用油盐的分水岭，体力劳动者需要多油多盐，重口味是饱食者的基本途径，追求本味是尝味者的追求。



湖南农大水产学院硕导、岳麓山水产贸易有限公司董事长 徐元

够天然，才更放心，生态才是农业的未来。鱼类的 DNA 与人类遗传基因接近，鱼类蛋白因而备受青睐。我们公司的使命是提供优质水产品，培育好鱼，经过十来年发展，已经形成了万亩以上的稻鳖共生基地，几十万亩稻鱼基地，实现了“双水双绿”的良好模式。