

“你买菜,我帮做” 菜市场上新 代炒菜悄然走红

下班时间晚了,来不及炒菜;买了食材,却苦于厨艺不佳不知如何烹炒;想点外卖,又担心吃到预制菜……现在,在点外卖和做菜之间,有人选择了代炒菜。

何为“代炒菜”?简单地说,就是“你买菜,我帮做”。只需在菜市场买好食材,付上几元到几十元不等的加工费,再选择自己想要的口味,等候十来分钟,香喷喷的热乎菜就新鲜出锅,直接实现从“买菜”到“吃菜”的无缝衔接。随着代炒菜服务在全国各地菜市场兴起,这段时间,到菜市场吃大餐正成为一种新“食尚”。

融媒体记者 康云文图



现买现做,代炒菜给菜市场增添新鲜烟火气。



“你买菜,我帮做”,代炒加工费明码标价。

现买现炒

口味“按需定制”尝鲜者众多

28日17时20分,位于厦门槟榔农贸市场的一家海鲜店已经忙碌起来了。“95后”李先生是当天店里晚餐代炒菜的第一位客人,他想代炒年糕炒蟹和椒盐虾蛄。店员麻利地将李先生挑好的海鲜称重报价,处理好食材后送入后厨。经过20多分钟的精心烹制,两道现买现炒的热菜就出锅了。

海鲜店老板黄云告诉记者

者,店里的代炒业务是今年3月份新增的,其初衷是为了带动及增加海鲜销量。从目前的情况来看,效果还不错。“几乎每天都会接到代炒业务,周末需求相对较多,一天平均有十几单,最多时一天可接到三四十单。”

18时40分许,夜幕下的厦门第八农贸市场(俗称“八市”)已人头攒动。记者沿街走了一圈发现,虾、鲍鱼、螃蟹等

各类海鲜琳琅满目,几乎每隔几步就可见到标有“可代加工”字样的海鲜店,有的店还标明“不卖海鲜,纯海鲜代加工”。

记者粗略算了一下,有二三十家提供代炒服务的海鲜加工店。每家海鲜加工店用餐的面积虽然不大,但几乎坐满了正在用餐的食客。由于代炒需求多,有的海鲜加工店甚至还有二三十个客人在排长队等候。

真材实料

10元起步50元封顶 菜场的价格饭店的味道

采访中记者了解到,代炒菜之所以走俏,除了食材新鲜、美味外,最具吸引力的原因就是真材实料、性价比高。

“白灼10元、爆炒20元、避风塘20元、椒盐20元、帝王蟹50元……”在厦门“八市”,记者看到标注“可代加工”字样的牌子随处可见,代加工的具体收费也都是明码标价。记者对比了十几家代客加工的价格后发现,几乎每家海鲜代加工店收费都差不多,一般白灼收费

最低10元;爆炒、清蒸、红烧、椒盐等做法,需要20元;避风塘炒蟹、帝王蟹、糖醋鱼、酸菜鱼等技术含量较高的菜品代加工费高些,但最高不超过50元。

从广西来厦门旅游的陈女士带着5岁的儿子,花费不到100元吃了生蚝、虾蛄等海鲜。“真材实料,虽然排队等了十几分钟,但性价比极高。”

从四川来旅游的曹小姐一行4人,在一家提供代加工服务的海鲜店里挑选了生蚝、八爪

鱼、海虾、鲍鱼、大竹蛏、膏蟹、扇贝等7种不同品种的海鲜,花费457元;代炒7道热菜费用185元,共计花费642元。曹小姐说,与酒店里动辄几百元的一道海鲜价格相比,这一桌基本都是硬菜的海鲜大餐在她们看来性价比非常高。

采访时记者看到,客人买完海鲜后,店家大多在店门口处理,然后直接在门口简易的灶台上炒菜,客人可全程看到代炒过程,可以说是吃得明白又放心。

发展潜力

有“锅气”有人气 创新延伸服务才能长足发展

人间烟火气,最抚凡人心。那么,代炒服务在菜市场里的发展潜力如何呢?记者随机采访了12位市民。这些受访市民中,年轻群体特别是没时间做饭、厨艺不佳的年轻人对代炒服务的认可度较高。而年龄稍长的受访者则普遍表示更喜欢自己做饭。

厦门槟榔农贸市场一家海鲜摊主表示,代炒需额外的场地、设备和人力,本身没什么利

润,暂不考虑。另一家卖海鲜的摊主持观望态度,“如果代炒的需求多,会考虑推出”。厦门“八市”一海鲜店老板林亚明则十分看好菜市场代炒业务前景。据他透露,目前他已在选址,准备将业务拓展到条件比较成熟的农贸市场。

有着30多年餐馆经营经验的冯老板认为,目前绝大多数市场提供的代炒服务还主要集中在海鲜类。从短期来看,

这一服务可能以局部存在的形势发展下去,能否长足发展,还有待观察。厦门大学的刘老师认为,代炒的兴起为传统菜市场的升级提供了新思路。但是,代炒菜要想为菜市场带来更多的烟火气、人气,还需要不断创新、不断规范,并通过延伸产业与服务链条,持续激发消费市场活力。同时,相关部门的支持和配套服务也应及时跟上,让这一新赛道的发展有规可依。

绿茶水 可帮助养发护发

生活课堂

中国中医科学院西苑医院皮肤科主任医师宋平介绍,使用隔夜绿茶水洗头,可以帮助养发护发。注意,这里说的隔夜绿茶水,是指前一晚泡好的绿茶水,而不是茶渣水。

隔夜绿茶水中含有较多的茶多酚与碱类物质,能帮助抗衰老、滋养头皮、抗菌抗炎,对头皮健康有帮助。使用隔夜绿茶水洗头时,可正常使用洗发水清洗。

秋冬祛湿茶

北京中医药大学教授龚燕冰介绍,湿气分为外湿和内湿两种。外湿主要是由外界环境中的暑湿引起的,而内湿则多由体内运化水湿的能力不足所致,可能是先天脾胃不足或后天饮食不当造成的。

这款祛湿茶不仅能帮助祛湿,还能兼顾养阴补肾,非常适合秋冬季节饮用。材料:芡实3~5克、五指毛桃3~5克、麦冬3~5克。做法:将上述药材放入养生壶中,加水500~1000毫升,煮沸后继续煮15分钟。当茶饮用,可反复冲泡,每天饮用。

要注意的是,芡实有收涩作用,大便干结、小便短赤者应减量或避免使用。(早综)

LE HUO
LE HUO

