

宁波00后小伙

用厨艺书写

人生华章



康邦成在此次世界大赛现场。

9月16日凌晨，法国里昂第47届世界技能大赛落幕。在这次大赛上，宁波21岁小伙康邦成与全球顶尖选手同台竞技，最终拿下西餐烹饪项目金牌。

世界技能大赛烹饪(西餐)项目，向来是欧洲选手称霸，亚洲选手鲜少能够问鼎，此前中国选手在这个项目上最好的成绩是铜牌。康邦成的这块金牌是历史性突破。

成功并非一蹴而就。记者走进康邦成家里，听他讲述金牌背后的故事。

结婚启事

2024年9月22日 星期日
农历 甲辰龙年八月二十

新郎 华冬冬
新娘 王啸韵
于公历2024年9月22日(农历甲辰龙年八月二十)举行结婚典礼。
愿修百年之好，共赴白头之约。
特此登报
敬告亲友，亦作留念。

喜结良缘 同喜同贺

1 夺得世界大赛金牌

康邦成是鄞州区下应街道史家码村人，自称为“1人”的他，回忆起夺金时刻，马上打开了话匣子：“去之前我的目标是站上领奖台，能拿到金牌，我现在想想都不敢相信。”

此次比赛历时4天，分别进行了热厨房服务、冷厨房制作、休闲餐厅小酒馆厨房服务以及神秘技能测试等比拼，整体的菜品从上届的16道增加到70多道。

比赛现场，大家拼体力，赛程最长的一天，康邦成早上6点起床，7点半到赛场，下午6点出赛场，为了不上厕所，近12小时里，他只喝了两瓶水。

拼速度，2分钟分离蛋清与蛋黄，30秒将一粒大蒜切成25片。

拼心态，有选手割破了手，有选手灶上起火、食材被烧坏，康邦成也面临同样的情况。

最后一场比赛结束，康邦成吃了一碗蛋炒饭，然后手托着下巴在桌子上睡着了。他说，在等待成绩的时候，又紧张又激动，但当得知自己拿到金牌的那一刻，反而平静了。“相比这次夺冠，我更开心的是在烹饪(西餐)项目中打破了欧洲选手的垄断，这比个人荣誉更有意义。”康邦成说。

2 从小喜欢做菜

因父母工作繁忙，康邦成的童年是在外婆家度过的。“外婆在院子里用蜂窝炉烧菜，我就帮外婆生火，看着看着，自己也就手痒痒，想上手烧菜。”康邦成回忆，自己5岁就会煎蛋，并且可以做到翻面不破碎。

从小学开始，他时常会给家人做饭，比如一些简单的蛋炒饭、番茄炒蛋等。他还喜欢逛菜市场，去书店他爱买一些烹饪类书籍。

上初中后，学业压力陡增，做菜成为康邦成解压的途径。他会看着烹饪书，在厨房做各种甜品，还获得了老师同学们的点赞。

中考时，成绩不错的他，放弃上重点高中的机会，选择了宁波古林职业高级中学西餐烹饪专业。

康邦成回忆，当时，爸爸反对，亲戚反对，只有妈妈一人支持他。那段时间，父子关系降到了冰点。

反对的声音越大，反而让康邦成愈发坚定：“我要证明给所有人看，我的选择没有错。”

3 学厨没那么简单

2018年，因为心中热爱，康邦成进入职校后，特别刻苦。

第一学期，他每天切3根胡萝卜，切成2毫米的丝和2毫米的丁。第二学期，他开始学习胡萝卜雕刻，削成橄榄形，一天能削近50公斤。刚开始，削一个橄榄形胡萝卜，康邦成需要两三分种，如今只需要10秒。

整个高一，双休日变成单休，单休变成半天休……正因为高强度练习，康邦成的刀工突飞猛进。

之后，他进入竞赛组，从“小工”做起，帮学长学姐准备食材，洗菜、洗碗、擦桌子、扫地、拖地。“光洗碗就洗了一年半。”康邦成说。

当时想进入竞赛组的有27人，但能坚持下来的人只有2人，康邦成是其中之一。

康邦成参加的第一个关于烹饪的赛事，是2018年宁波国际青年厨师挑战赛。跟着学长学姐一起，康邦成拿到了铜牌。他说，与之后的成绩相比，这个铜牌的含金量不高，但却是他印象最深刻的比赛，因为从那时起，父亲对他的看法开始转变。

父亲的欣赏更是激励了康邦成，他踊跃参赛，最多一个月里就有4场。

在之后的两年里，康邦成拿下了宁波市、浙江省乃至全国技能大赛的冠军，技艺也在一次次磨炼中精进。对于怎么做西餐，他也开始有了自己的想法。

4 之后想拿大满贯

“原先我的目标是拿到浙江省的第一名，没有想过能走这么远。”2020年，康邦成进入国家队。

2024年3月，康邦成获得代表国家出征的机会。国家队备赛是一场身体与精神的双重考验，“每天的集训时间不下10小时，几乎没有一天休息，有时候还要跨区域拉练，目标就只有一个，为国出征赢得荣誉。”康邦成说。

说起未来的发展，康邦成表示，还是会继续参加比赛，冲击世界烹饪领域顶级赛事的大满贯，同时还会继续参与学校的培训工作，带出下一届优秀选手。作为下应街道的社区达人导师，他也会成立工作室，进行烹饪公益服务指导，让烹饪给更多家庭带去乐趣。

记者 王悦宁 通讯员 姜琦

杜绝不法“代理维权”，理性维护自身权益

徐先生在宁波银行办理了一张额度为5万元的信用卡，后因收入下降产生逾期。恰巧，徐先生在某社交平台看到视频宣称“可为其进行代理投诉，减免部分费用”，他便抱着尝试的心理在评论区进行留言。

不久，所谓的“工作人员”便联系徐先生，告知可帮助其代理与银行协商，将欠款分期归还，还可以免除其间所有息费，并向徐先生索取了5000元的“代理费”。徐先生根据“工作人员”的指示，提供了身份证、银行卡号等个人信息，同时对银行发来的短信和电话置之不理。

一个月后，徐先生向“工作人员”确认进度，却怎么也联系不上……同时，

另一边徐先生再次收到银行催收电话，这才意识到自己被骗了。于是，徐先生主动联系宁波银行并述说了相关情况，宁波银行最终根据徐先生的实际情况，帮助其进行了分期还款。

不法中介机构打着“代理维权”的旗号，实则侵害消费者财产权利，并导致个人信息泄露，甚至可能引发法律风险。

对此，宁波银行提示您牢记以下三点：

1. 依法维护自身合法权益。

消费者因购买产品或接受服务与金融机构产生纠纷时，请通过与金融机构协商、向行业调解组织申请调解、向金融监管部门反映、向人民法院提起诉讼

等渠道提出诉求，不可轻信不法分子虚假宣传和承诺，避免陷入非法“维权”陷阱。

2. 注重保护个人信息及财产安全。

建议消费者妥善保管个人身份证件、银行卡、金融账户等，不轻易委托他人代为办理相关手续，避免个人信息被非法利用、泄露或买卖，避免个人财产遭受损失。如发现自身合法权益受到侵害，应保存相关证据，及时向公安机关报案。

3. 理性选择适当产品和服务。

建议消费者根据自身实际需求和风险承受能力，从正规渠道选择适当的金融产品和服务，合理负债、理性投资，提高风险防范意识，避免产生不必



要的纠纷。

国家金融监督管理总局宁波监管局温馨提醒，广大消费者应通过合法渠道维权，警惕不法中介“代理维权”套路，依法维护自身权益。

记者 徐文燕
通讯员 丁松梅 郑波 董妍娜