

# 大黄鱼 怎么做好吃?

## 宁波出了一本书



每逢新春佳节,总离不开美食的慰藉。1月7日晚,第七届宁波餐饮春晚举办,现场弥漫着的袅袅“烟火气”吸引了众多业界人士的目光。

值得注意的是,首本大黄鱼菜谱于当晚举行首发仪式,无疑为宁波餐饮文化的传播增添了浓墨重彩的一笔。

● 相关新闻

### 新一批宁波优秀餐饮企业家亮相

第七届宁波餐饮春晚现场,还举行了一系列的颁奖仪式,其中,“2024年宁波市优秀餐饮企业家”奖项尤为引人注目。

记者从现场获悉,当选“2024年宁波市优秀餐饮企业家”奖项的共21位企业家,获奖者包括宁波牛吃草餐饮管理有限公司的蔡航云、宁波石浦投资控股有限公司的陈苏林、宁波市辣得叫餐饮管理有限公司的丁稳霖、宁波滕头生态酒店集团的方士良、宁波市新四方餐饮管理有限公司的干海宏等。

其间,还产生了“2024年度宁波绿色餐饮先进企业”“2024年度宁波餐饮行业最具社会责任感企业”“2024年度宁波餐饮行业特别荣誉奖”“2024年宁波市优秀餐饮企业家”“2024年度宁波餐饮教育突出贡献奖”“2024年度宁波餐饮行业最具影响力品牌企业”等奖项。

浙江省餐饮行业协会会长沈坚为宁波市餐饮业与烹饪协会颁发了2024年度“浙江省餐饮业品牌社会组织”的荣誉。

据了解,宁波市餐饮业与烹饪协会自1992年成立以来,在业界具有卓越的口碑和信誉,同时得到了浙江省内兄弟协会及省餐饮行业协会的高度认可。

当日,“宁波市餐饮业与烹饪协会爱心志愿队”成立,期待在未来的公益道路上,能够发挥更多作用。

记者 谢舒奕

首本大黄鱼菜谱问世

在餐饮界,每当说起经典宁波菜,很多人第一时间就会提到“大黄鱼”。尤其近年来,金贵鲜美的大黄鱼菜肴,更是成为国内许多高端餐饮场所的必点菜品。

不过,大黄鱼到底怎么做才好吃?又有哪些烹制方法?背后有哪些文化?这些之前大多只有简单的描述,没有系统的整理。

1月7日晚间举行的宁波餐饮春晚现场,宁波市餐饮业与烹饪协会专门为一本书,举行了首发仪式,书的名字叫《岱衢族大黄鱼菜谱》。

“大黄鱼美食文化历史悠久,在宁波菜、浙菜中都占有非常重要的位置。然而,一直以来都没有一本以大黄鱼为主题的菜谱。因此,我们策划创作这本菜谱,填补这一领域的空白。”《岱衢族大黄鱼菜谱》主编、宁波菜博物馆馆长李阳辉表示,希望更多人了解岱衢族黄鱼,传承大黄鱼菜点制作的烹饪技艺,推进大黄鱼餐饮文化和地标美食品牌的打造。

据介绍,此书由洪贤兴担任总策划,李阳辉、姜剑共同担任主编,楼承斌、胡国军等十余位烹饪大师参与编写,并有戴永明、陈员祥、赵盛龙、张如安、郭海浩5位顾问;中国渔业协会渔文化分会、宁波渔文化促进会、宁波市餐饮业与烹饪协会、宁波市宁波菜研究会、象山县渔文化研究会共同倡导;从大黄鱼文化历史、风格特征、生态习性、甄别之术、烹调之法、菜点特色等方面传道授业,感岱衢族大黄鱼之美,兴烹饪之念。

收录经典做法66例

那么,这本书到底讲了啥?收藏了哪些“秘笈”?

拿到这本书,首先映入眼帘的是封面上一条“活力四射”的大黄鱼,“这鱼体型修长,鱼头小、肚子小,鱼鳍金黄闪亮,而且有‘肌肉’能弹跳,一看就是野生的,肯定好吃。”美食博主小B拿到书后笑着说。

本书选取以宁波、舟山、台州、温州为主的浙东地区大黄鱼经典做法六十六例,分为冷菜、热菜、小吃、主食以及象山黄鱼宴一席共五部分组成,图文并茂地介绍大黄鱼的烹饪方法。

其中,既有“三鲜黄鱼”这样的家常做法,将原料、制法、特点统统列出;也有适合宴请的“象山黄鱼宴”;有糖醋熏黄鱼、蛋黄黄鱼卷等4道冷菜;还有海鲜黄鱼羹、东海头网鲜等12道热菜,1道黄鱼馄饨点心,以及一道黄鱼炒饭等,令人馋涎欲滴。

颇为点睛的是,书上还介绍了大黄鱼的文化历史、风格特征等,配图引用了与黄鱼有关的诗词与大黄鱼拓片,丰富了菜谱的内容,提高了菜谱的文化属性。

菜谱背后的文化与烹饪艺术

如果说菜谱是饮食的指南,其背后的历史和文化则是深厚的积淀。

记者注意到,浙江省餐饮行业协会会长沈坚、宁波菜“泰斗”戴永明分别为本书作序。

“浙东大黄鱼美食文化历史悠久,《吴地记》有吴王阖闾军队捕食石首鱼的记载;清朝余姚人邵嗣贤《食黄鱼》有赞:‘四月石首鱼,出水如黄金。烹鲜盘餐美,东南第一探’,浙东民间重黄鱼的习俗延续至今,凡遇人生之大事,大黄鱼成了重要的见证。”沈坚感慨称。

戴永明则以自己从业生涯作为回忆时间线,描述了大黄鱼与宁波的不解之缘:“今天,大黄鱼受到全国餐饮同行的瞩目,特别是野生大黄鱼愈显珍贵,可谓居东海鱼类之首。但令人遗憾的是,宁波乃至全国至今都没有一本有关大黄鱼专门菜谱。今日《岱衢族大黄鱼菜谱》的问世,填补了这一领域的空白,诚是可喜可贺。”

在海鲜的璀璨星空中,岱衢族大黄鱼无疑是一颗耀眼的明珠。它承载着海洋的馈赠与岁月的记忆,从东海海域游入人们的心田,成为餐桌上的传奇。

翻开这本菜谱,每一道菜点的精心雕琢,都蕴含着对大黄鱼的敬重与对美食的执着。

盼之成为连接岱衢族大黄鱼过去、现在与未来的纽带,促进岱衢族大黄鱼的可持续发展,进一步推进大黄鱼餐饮文化和地标美食品牌的打造,推动大黄鱼重返百姓餐桌。



三鲜黄鱼

**分类信息** 【刊登热线】  
56118885  
56118880

**法律服务**  
● 继承、房产、经济纠纷 87295238  
**声明公告**

● 宁波建昊进出口有限公司  
遗失提单号:SHA24120391  
船名航次BREMEN / QI  
450A的正本提单,声明作废  
● 宁波庆良餐饮管理有限公司  
遗失财务专用章一枚,编号  
33020510192695,声明作废  
● 宁波林荣汽车租赁有限公司  
遗失合同专用章一枚,编号:  
33020310192695,声明作废  
● 慈溪市宗汉俊皓变频器经营  
部遗失公章一枚,编号:3302  
820388792,声明作废

● 宁波市恩宝塑料制品厂(普  
通合伙)遗失财务专用章一枚  
编号 3302811004440 声明作废  
● 宁波市镇海区庄市潮鲜牛腩  
火锅店遗失公章一枚,编号  
33021110016528,声明作废  
● 宁波市奉化海之心艺术品店(统  
一社会信用代码/注册号:923  
30283MA7FQN4C1N)遗失  
营业执照(副本),声明作废

● 宁波大学附属妇女儿童医院  
遗失《浙江省财政通用票据  
(单联)》共四张,票据代码 13  
3090122 发票号码 0030716206  
0030716207,0030716018,  
0030716050,声明作废  
● 宁波市镇海区庄市潮鲜牛腩  
火锅店遗失公章一枚,编号  
33021110016528,声明作废  
● 宁波市奉化海之心艺术品店(统  
一社会信用代码/注册号:923  
30283MA7FQN4C1N)遗失  
营业执照(副本),声明作废

● 宁波市北仑区新研街道  
镇安经济合作社股权证三本,  
分别为:张如行(身份证号码 33  
020619480424\*\*\*\*),股数:  
61股;王爱娟(身份证号码 33  
020619540316\*\*\*\*),股数:  
55股;张巍峰(身份证号码 33  
020619780919\*\*\*\*),股数:  
31股,特此声明作废  
● 宁波市海曙区石碶街道塘西  
股份经济合作社遗失农村集体  
经济组织登记证正本,统一社  
会信用代码:N2330203MA2A  
ETB54,声明作废

● 宁波市海曙区石碶街道塘西  
股份经济合作社遗失农村集体  
经济组织登记证正本,统一社  
会信用代码:N2330203MA2A  
ETB54,声明作废