

状元楼宁波菜

非遗视角下的甬菜 | 陈效良 编著

长城出版社



长城出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

状元楼宁波菜：非遗视角下的甬菜 / 陈效良编著. -- 北京：
长城出版社, 2012.9
ISBN 978-7-5483-0148-6

I. ①状… II. ①陈… III. ①菜谱—宁波市 IV. ①TS972.182.553

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第207840号

责任编辑：邢志华

书名：状元楼宁波菜

著者：陈效良

印张：12

出版：长城出版社

地址：北京甘家口三里河路40号

邮编：100037

电话：010-66817982 66817587

开本：1198x889 1/12

字数：75千字

印刷：宁波市鄞州启鸣印务有限公司

版次：2012年9月第一版

印次：2012年9月第一次印刷

印数：1-1000册

标准书号：ISBN 978-7-5483-0148-6/T · 1095

定 价：528元/册

版权所有 侵权必究

《状元楼宁波菜》

非遗视角下的甬菜

编辑委员会

总 顾 问 吕齐鸣

顾 问 吴胜甫 王 阳
 王文渊 陈苏林

总 编 陈效良

副 总 编 张建庆 陈继波
 洪晓勇 彭爱武

编 辑 郝加泰

编 委 陈立军 刘劲松
 陈宁丰 陈学海
 史虎虎 周伟忠
 钱 彬 范雅萍
 柴建峰 陈尚平
 史仕祥 周伟平

首席摄影 周伟平

装帧设计 鲍焱欣

序言

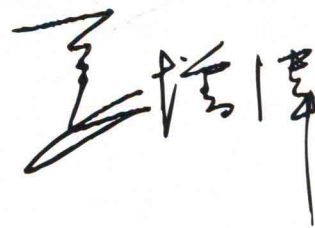
中华餐饮以其精湛的烹饪艺术，深厚的文化内涵，在源远流长的中国文明史上留下了绚丽多彩的篇章。这其中，宁波菜是中国八大菜系之一的浙菜中的一枝绚丽奇葩。宁波菜依托山海相连的自然环境及丰盛物产，依靠历代名厨大师的智慧与技艺，不断地传承和创新着对山珍海味的独特烹饪方法，凝炼成“原汁原味，咸鲜合一，讲究火功，注重入味”的甬帮菜特色。宁波菜不仅滋养了一方人杰，而且繁荣了历代商业，成为“书藏古今，港通天下”的宁波城市的一张靓丽名片。

酒店是宁波菜传承与发展的载体。宁波“状元楼”酒店在甬帮菜餐饮中具有代表性。乾隆年间，一书生进京应试途中偶入酒楼，品尝名为“独占鳌头”的冰糖甲鱼后喜中状元，因而得名“状元楼”。在百余载的历史中，虽因自然和社会原因，宁波“状元楼”曾六易店址，几经兴衰，但其“原料优质、技艺精湛、服务周全”的三大基本元素始终得以薪火相传。1995年被国家授予“中华老字号”称号。

2008年，宁波石浦酒店管理发展有限公司获得“状元楼”字号使用权后，以“扬状元文化，创甬菜经典”作为企业宗旨，主动传承“状元楼”文化之精髓，开辟山区的种、养殖绿色生态原料基地，挑选精英人才，倾力重铸“状元楼”之辉煌。2009年，“状元楼宁波菜烹制技艺”被浙江省人民政府认定为浙江省非物质文化遗产。

为弘扬光大状元文化，传承创新甬菜烹制技艺，使非物质文化遗产得以持久的保护，由宁波石浦酒店管理有限公司执行总经理、国家首批中国烹饪大师陈效良先生主编，众位专家学者和名师大厨参与，精心编写了《状元楼宁波菜》一书。相信该书的出版一定能使宁波菜乃至宁波餐饮文化得以广泛传承并与时俱进。

愿“状元楼宁波菜烹制技艺”永放光彩，香溢神州。



二〇一二年九月



第壹章

非遗视角下的状元楼
宁波菜烹制技艺

目录

第一章	非遗视角下的状元楼宁波菜烹制技艺	
第一节	烹制技术——我们身边的非物质文化遗产	1
第二节	浙江非物质文化遗产——状元楼宁波菜烹制技艺	4
第三节	状元楼甬菜代表菜品——冰糖甲鱼	12
第四节	状元楼宁波菜烹制技艺的传承与发展	15
第二章	甬菜制作工艺溯源	
第一节	甬菜烹制工艺发展历程	19
第二节	甬菜烹制工艺特点	23
第三章	经典甬菜制作工艺	
第一节	细嫩爽滑话蒸菜	27
第二节	酥烂红亮话烧菜	30
第三节	酥糯相济话燂菜	34
第四节	本味突出话炖菜	40
第五节	汤宽汁厚话烩菜	43
第六节	汤浓味原话煮菜	46
第七节	香、酥、脆、嫩话炸菜	50
第八节	外香内嫩话煎菜	55
第九节	鲜嫩清香话炒菜	60
第十节	风味突出话腌菜	65
第四章	宁波其它传统名菜及技艺	
第一节	经典冷菜	70
第二节	热 菜	82
第三节	宁式点心	96
	后记	105
	参考文献	106



第一节 烹制技术——我们身边的 非物质文化遗产

中国烹制技艺是我国优秀的文化遗产,是中华传统文化大系统中的子系统,具有悠久的历史 and 深厚的文化底蕴。中国烹制技艺是我国传统文化的优秀代表,是在中华民族政治、经济和文化的基础上,由各种因素的交融渗透,经世代的积淀和选择而成,具有鲜明的历史特征。这种历史特征厚实而凝重,形成了中国烹制的灵魂。

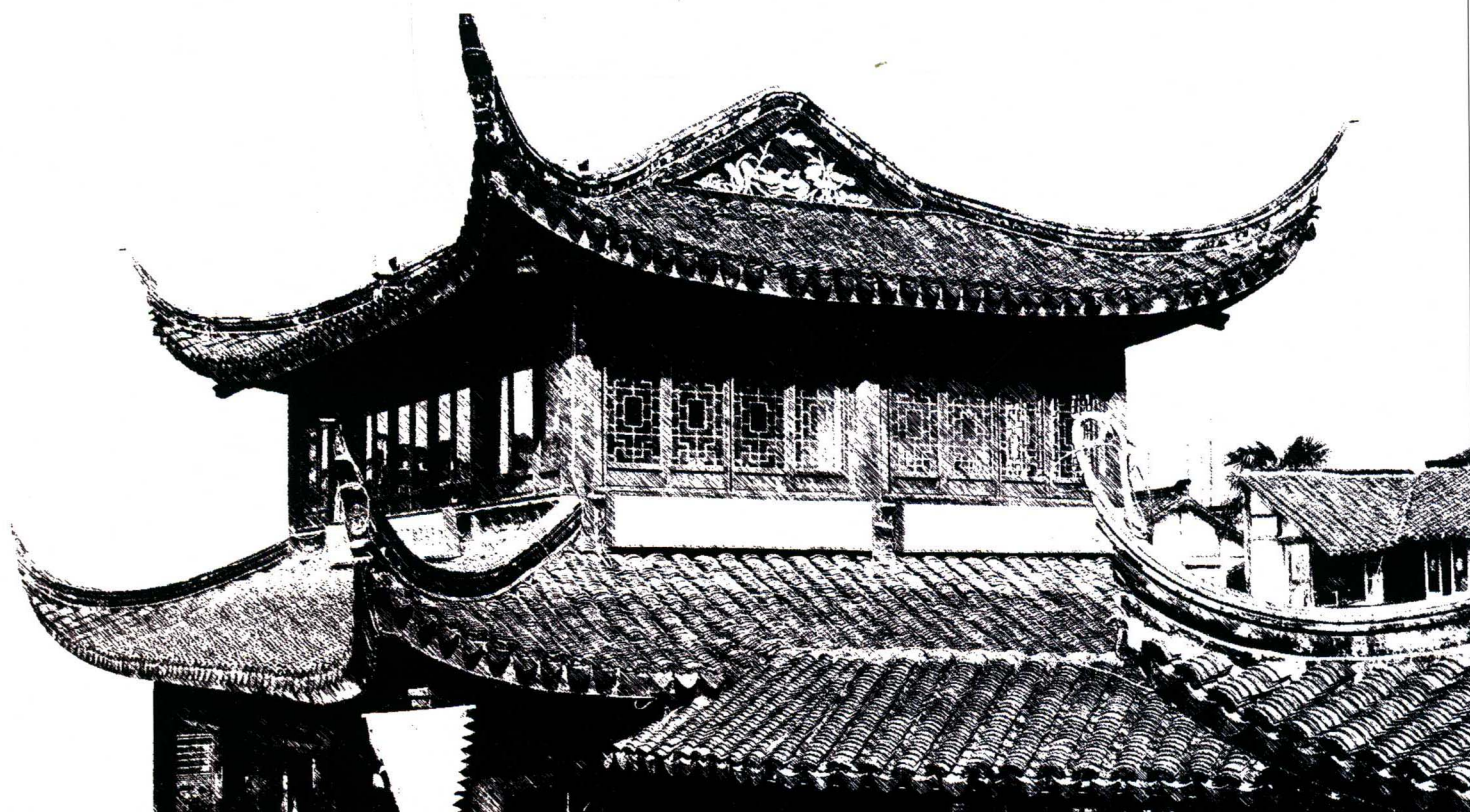
2003 年10 月17 日,联合国教科文组织第32 届大会通过了《保护非物质文化遗产公约》,该公约详细地界定了非物质文化遗产的概念及其所包括的范围。在世界范围内开展抢救和保护非物质文化遗产,这是人类为保护自己的精神家园而开展的一项伟大的文化传承工程。联合国在《保护非物质文化遗产公约》中对“非物质文化遗产”的定义是:“指被各社区群体,有时为个人,视为其文化遗产组成的部分的各种社会实践观念表述表现形式、知识、技能及相关部分的工具、实物、手工艺品和文化场所。”非物质文化遗产的几个基本特点:第一,生存方式的非物质形态性;第二,非物质文化遗产是一种“文化空间”;第三,非物质文化遗产的核心载体是活生生现实中的人。

2004 年8 月28 日,第10 届全国人大常委会第11次会议通过了中国政府加入



联合国教科文组织《保护非物质文化遗产公约》的决定。我国非物质文化遗产是指“各族人民时代相承的、与群众生活密切相关的各种传统文化表现形式(如民俗活动、表演艺术、传统知识和技能,以及与之相关的器具、实物、手工制品等)和文化空间”。非物质文化遗产涵盖的6项内容:口头传统和表现形式,包括作为非物质文化遗产媒介的语言;表演艺术;社会实践、礼仪、节庆活动;有关自然界和宇宙的知识和实践;传统手工艺;与上述表现形式相关的文化空间。

2010年11月,联合国教科文组织保护非物质文化遗产政府间委员会将法国大餐列入人类非物质文化遗产代表作名录,这是这个组织首次将一国的餐饮列入该名录。委员会成员认为,法式大餐已融入日常生活,成为个人或团体庆祝重要时刻的习俗。





我们身边的非物质文化遗产



楼外楼传统菜肴制作技艺



全聚德挂炉烤鸭技艺



状元楼宁波菜烹制技艺



广东凉茶制作技艺



王致和腐乳酿制技术



杭州知味观点心传统制作技艺



嘉兴五芳斋粽子制作技艺

在中国博大精深的饮食文化申遗的道路上，中国人从来就没有停止过争取的脚步。在中国烹饪协会的倡导下，各省开展的关于饮食文化申遗的会议层出不穷，与著名传统饮食企业合作举办研讨会，宁波也不例外，更有两会期间关于保护饮食文化的提案提交到全国人大。

2006年，广东凉茶申遗成功，不啻为其他传统饮食适应工业化和现代化提供了借鉴模式。隐藏在凉茶申遗背后的其实就是“产业保护多些文化眼光”的故事。在2006年一些烹饪制作技艺如雨后春笋般的涌现在各省市的非物质文化遗产的名单上，如2006年8月，全聚德挂炉烤鸭技艺、王致和腐乳酿制技术、仿膳满汉全席……这些老字号绝技，列入了北京市首批非物质文化遗产推荐名单；2009年7月，状元楼宁波菜烹制技艺、楼外楼传统菜肴制作技艺、杭州知味观点心传统制作技艺、嘉兴五芳斋粽子制作技艺、丁莲芳千张包子制作技艺。2012年8月宁波汤团制作技艺列入浙江省第四批非物质文化遗产。从这份越拉越长的“饮食申遗名单”不难看出，原来，非物质文化遗产真真切切就在我们身边。



第二节

浙江非物质文化遗产 状元楼宁波菜烹制技艺

宁波老字号酒楼要数甬江状元楼名气最大。状元楼做的是甬帮菜，甬菜多海味，这点与他帮颇不相同。

状元楼，创建于清乾隆五十年(1785年)，原名三江酒楼，原址在江北岸三江口畔，是甬上文雅士雅聚之地。改称状元楼有一段掌故。宁波历史上一共出过13个状元，章鋆是最后一个。他自幼聪颖，饱读诗书，21岁就中了举人；咸丰二年(1852年)，甬上举人章鋆与张氏兄弟赴京赶考，书生们在“三江酒楼”为他们饯行。筵席的菜单上有“冰糖甲鱼”等十多种本帮名菜，菜肴口味异常鲜美。酒酣耳热之际，跑堂送上一盘“冰糖甲鱼”。章鋆与张氏兄弟看去盘中青黄相映，油汁紧裹鱼块，入口绵糯，香、甜、酸、咸俱全，禁不住绝口称妙。问跑堂：“此系何菜？”跑堂看他俩一身读书人打扮，一副赶考行头，就随机应变，暗送吉利说：“此乃‘独占鳌头’也！”举人们听之好不开心。殿试后章鋆得中状元，这一年，章鋆才29岁，可谓是少年得志。在衣锦还乡途中特地重登此楼，提笔挥毫，写了“状元楼”三字，赠予店家作招牌。从此，楼以菜扬名，菜为楼增色，生意更加兴隆，光顾者多为仕宦缙绅。“三江酒楼”从此也改名为“状元楼”，“冰糖甲鱼”也因此别称为“独占鳌头”。



冰糖甲鱼



现宁波博物馆状元楼



许多“老宁波”至今仍记得1936年设于日新街16号的一家酒店，那就是甬江状元楼。甬江状元楼经营者是李纪良与孙通尧。大厨应阿品是鄞县石碶人，在日本大阪“大来轩”饭店掌过勺，回国后进了状元楼，冰糖甲鱼一菜，由他亲自掌勺。后来的大厨胡常友，烧冰糖甲鱼也很拿手。店堂为五开间门面，另立三楼一堂，由28名员工合股经营，顾客多为工商、金融、军政各界及来自客商。楼上三面环窗，夏天极其凉爽。全堂约四十余桌，四百人可以同时就餐，一般从上午九时起，到晚上十一二时方收场。1946年，蒋经国曾两次携妻光顾就餐。同年，甬江状元楼迁至新江桥南堍江夏街4号。1949年9月，店房遭国民党飞机轰炸倾塌，后由10名职工合资在江北岸新江桥旁开设“甬江状元楼”，但经营惨淡。1956年实行公私合营，营业有所转机，但规模较小。1959年10月1日，国庆十周年，时值中午，当游行队伍经过，食客瞬间拥向窗边观看，致使木结构二楼房屋超负荷倒塌而闭歇。

在此后的20多年里，一些老宁波和海外游子期待“何日重登状元楼，伴旧把盏话春秋”。据大厨应阿品的徒弟，后来成为甬上名厨的竺保国回忆，上世纪五六十年代的状元楼有近千个餐位，每天掌勺的即是他们师徒三人。吃冰糖甲鱼的食客很多，他们是用很大的锅来烧的，满满的两大锅，再分成小份端上去。这道菜，所用甲鱼必须活杀，食客要品尝得耐心等待一小时，为了享受口福，都毫无怨言。甲鱼选半斤以上，一斤半以下，有八开、六开、四开之分，



状元楼老照片



状元楼老照片



状元楼老照片



状元楼老照片

以一斤重的六开最为理想，烧这味菜，要的是一个“糯”字，看起来形状完整，吃起来不生不腥，这就要掌勺师傅能很好地判断火候，讲究火候掌控。一盆冰糖甲鱼上桌，又香又热，长时不冷，味道醇厚，质地软嫩，入口即化，令人畅享饕餮之欲。

状元楼的当家菜，即是这宁波十大名菜冰糖甲鱼、锅烧河鳗、苔菜小方燻、网油包鹅肝、黄鱼海参、苔菜拖黄鱼、火踵全鸡、腐皮包黄鱼、宁式鳝丝、雪菜大汤黄鱼。

除了冰糖甲鱼，状元楼的另一道名菜“锅烧河鳗”，用的是山溪中的白鳗。据说甬菜中，最能检验厨师水平的要数做这一道菜了。要把蒸烂的鳗剔出骨头，得有“庖丁解牛”的真功夫。过去在状元楼品尝每一盘剔骨锅烧鳗，那吹弹即破的鳗皮却无半点伤痕。

状元楼的“雪菜大汤黄鱼”也做得特别出彩。雪菜即雪里蕻，它与大黄鱼都是宁波名产，两者煮在一起，自然更加鲜美。雪里蕻稍带辛辣，唯腌食绝佳宁波人叫做咸齋。它的好吃，也为文人所咏叹。李杲堂(清代)在《鄮东竹枝词》中曾有两次提及。一谓“小瓮黄齋送草南”(草南指代台州、温州的渔民，他们用水产来咸祥换取咸齋调味)。二谓“翠绿新齋滴醋红”。写出了新鲜咸齋的色香味。咸齋做汤已经够鲜了，再加上大黄鱼一煮，咸齋之鲜与黄鱼互交，咸齋有鱼鲜，鱼含菜之香，荤素融合、汤汁稠浓，怎不叫人嘴馋呢！著名美食家唐鲁孙有如是之回忆：故友罗秋原主持老正兴餐馆，不知道他从什么地方弄来一条宁波大黄鱼，足



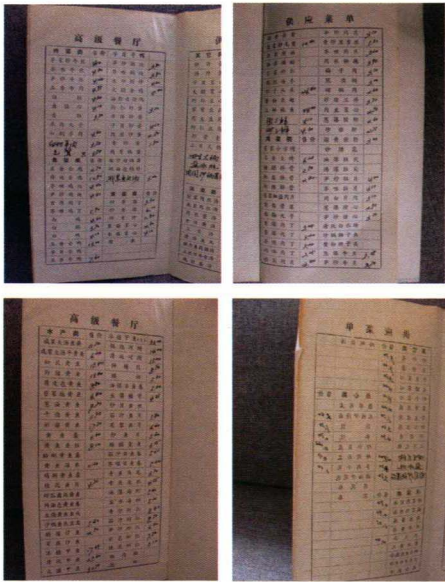
状元楼老照片



状元楼老照片



状元楼老照片



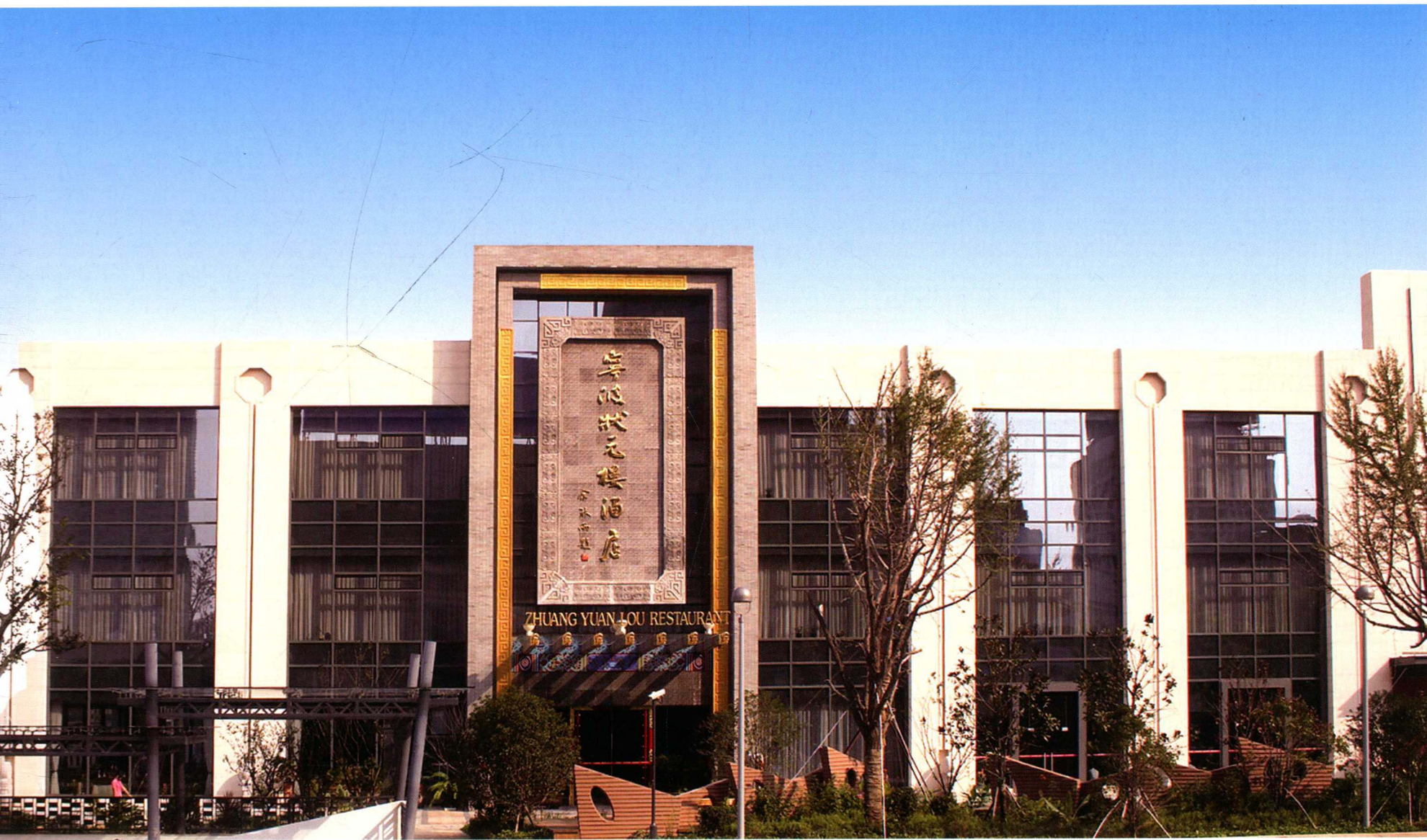
老状元楼菜谱照片

有三尺长，一鱼四吃，无怪清代名将年羹尧，吃到宁波运来的新鲜黄鱼，才发现此前在北方所吃黄鱼，远不及南方(宁波)黄鱼鲜嫩滑美。足见宁波黄鱼的魅力所在。

1985年10月，由宁波市政府和香港甬港联谊会牵头，在宁波帮人士王宽诚、邹星培、翁伟年、王欣康等鼎力相助下，状元楼又得以在三江口重开。宁波市饮食服务公司与港方合资在中山东路和义路口重建状元楼，定名“宁波状元楼股份有限公司”。共有经营场地1100平方米，建古典宫廷式门楼，大堂宽敞整洁，包厢高雅舒适，装有中央空调，使状元楼重振英姿，迎来了侨胞“重登状元楼，品尝家乡菜”的盛况。“船王”包玉刚曾在此设宴款待家乡父老，那盘冰糖甲鱼香甜酸咸之美味，令其交口称赞。1992年，状元楼股份有限公司改由市饮服公司(市东亚集团公司)独资经营，并兼并了毗邻的明州大旅社，再度投入巨资，扩建、装修，更名为“状元楼宾馆”。1995年国家内贸部授予“中华老字号”金匾。2000年，状元楼因城市建设而消失。



状元楼老照片



2008年8月，通过老字号主管部门市贸易局的牵线搭桥，甬城餐饮巨头宁波石浦酒店获得“状元楼”老字号的使用权，随之交接的还有沉睡多年的“状元楼”牌匾。2009年7月8日上午，位于和义大道的老字号“状元楼”酒店在众多老宁波和海外游子的期待中重出江湖，开门迎接八方来客。

