

嘉定区拥有悠久的农耕历史,历来土肥水美、五谷丰盈,物产丰饶。嘉定白蒜、白蚕豆、罗汉菜、南翔小笼、徐行蒸糕、马陆葡萄、农灯草莓……分布在嘉定的各个角落。2019年,嘉定正式发布“嘉定一桌菜”,将这些具有地方特色的食材和独特的烹饪制作技艺汇聚起来,形成了相对固定且完整的宴席“套餐”,供市民与游客品鉴。“嘉定一桌菜”承载着嘉定人儿时的记忆,融合了嘉定本地食材与优质农产品,凝聚着嘉定本土饮食文化的精髓。新春佳节将至,这一桌子“嘉”宴,不仅是味蕾的享受,更是对本土文化传承与创新的生动诠释。

文/记者 赵一苇

摄/见习记者 高一帆

留住餐桌上的乡愁

嘉定是一座有着深厚文化积淀的古城,农耕与饮食文化源远流长。“嘉定一桌菜”的诞生便是源于对本土文化的深厚情感与文旅产业发展的需求。

在负责菊园百果园文旅项目后,上海菊园文化发展有限公司总经理顾伟萍发现,不少游客来到嘉定观光游玩后,希望能够品尝到地道的本土菜肴,却因菜系分散难以寻觅,遗憾而归。“我们想改变这一状况,让嘉定美食有一个集中展示的舞台,让来到嘉定游玩的游客们可以一次性品尝到尽可能多的嘉定特色美食。”

于是,菊园百果园发起了一场厨艺大赛,吸引了商家大厨、民间厨艺达人约六十位厨师参与,通过线上线下的投票甄选出包括冷盘、热菜、点心及汤品在内的51道具有嘉定特色的菜肴,形成三个套餐,“嘉定一桌菜”菜单初显雏形。“我们将传统热菜、冷菜和点心精心组合,设定了A、B、C三款套餐,来满足不同消费层次市民的需求。A款定位高端,我们授牌了辖区内指定的高端酒店如喜来登进行销售。B款和C款则亲民实惠,入驻了本土的一些小饭店和社区餐厅。”顾伟萍介绍,不同场馆、不同时节,“嘉定一桌菜”的菜单会有所调整。部分菜品还被制成半成品礼盒,方便人们准备年夜饭或家宴,让嘉定味道走进千家万户。

嘉定本地60后、70后对“老八样”这道冷菜一定不陌生。无论是喜庆婚宴还是新房上梁酒,寓意吉祥的“老八样”都是餐桌上的常客。其独特造型恰似一座宝塔,底部铺陈着老油条与龙虾片,猪肝、猪肚、小排骨、肉松、皮蛋等食材层层堆叠,荤素搭配,口感鲜美。这道菜要求厨师刀工精湛,每一片食材都必须切得均匀细致,也考验着厨师的摆盘能力。然而,岁月流转,如今类似“老八样”这样的菜品逐渐被人们所淡忘,掌握制作技艺的厨师已寥寥无几。“我们希望借此机会寻找会做这些传统菜式的厨师,激发大家对嘉定美食的记忆,让珍贵的技艺得到传承。”顾伟萍说。

“嘉定一桌菜”道道皆乡愁



细品食材底蕴

肥沃的土地,丰富的物产,为“嘉定一桌菜”提供了得天独厚的食材。细数“嘉定一桌菜”的菜单,可谓“群星云集”。

嘉定白蒜、白蚕豆、梅山猪、罗汉菜、朱桥王鸽等都是嘉定“赫赫有名”的优质地产农产品。嘉定白蒜曾是享誉全国的“四大名蒜”之一,个头饱满,口感浓郁,辛辣味突出。白蚕豆软糯香甜,一烧即化,曾是上海城隍庙五香豆原料的不二之选,2024年入选了全国优异农作物种质资源。嘉定梅山猪则是上海本地四大名猪之一,获得过国家级地理标志认证,作为传统优良品种,肉质鲜嫩多汁,肥瘦相间……然而,在城市化进程与市场竞争的冲击下,这些老品种面临发展困境。好在近年来,在种质资源普查与保护行动中与社会界的关注下,这些本土食材的保护与开发受到了各方重视。通过农技专家坚持不懈的提纯复壮,这些老品种逐渐恢复生机,重现餐桌,并通过“嘉定一桌菜”的形式被更多人知晓。此外,“嘉定一桌菜”的菜单里还藏着不少市级、区级非遗美食,比如徐行蒸糕、南翔小笼、江桥白切羊肉等。

鱼塘里的鲜鱼、能飞树上的土鸡、营养丰富的甲鱼等,也都是“嘉定一桌菜”的重要食材。这些看似较为普通的食材,也蕴含着深厚的文化底蕴。比如本地有名的一道烩菜“嘉定大三元”,名字就来自嘉定的科举文化。嘉定素有“教化嘉定”之美誉,历来崇文重教。据史料记载,嘉定历史上曾走出过三位状元,有一说“大三元”的名字是为了纪念这三位状元,也有解释说这道菜取意“连中三元”。“三元”即古代科举考试中的三次考试的头名:“解元”“会元”“状元”,寓意着连年中榜,学业与事业顺利。“嘉定大三元”以三种菜为主打,通常以鱼圆、肉圆、蛋饺为主,配上爆鱼、虾、排骨等,有图吉利、求好口彩及大团圆的寓意。



嘉定大三元



嘉定三角饼

传承舌尖美味

“奶奶,你在做什么呀?”孩子兴奋地跑到正在擀面的老人面前好奇地询问。“我在做嘉定三角饼。老底子我们下田干农活,一干就是一天,没时间吃饭,就做一些方便携带的三角饼当干粮,很香很管饱的,一会儿你也尝尝!”

近年来,为了让本土饮食文化更好地传承下去,菊园百果园依循二十四节气举办了丰富多样的亲子活动,长辈和经验丰富的厨师们倾囊相授,手把手指导年轻人和孩子学习制作嘉定特色美食,了解嘉定的饮食文化。

每年举办樱桃文化节,菊园百果园还会摆上“长桌宴”展示“嘉定一桌菜”,并不断推新,让游客和市民既能品尝美食,又能感受浓厚的文化氛围。秋分之际,嘉定区农业农村委将“嘉定一桌菜”搬上了农民丰收节的舞台,成为重要展示内容,进一步提升了嘉定特色农产品和饮食文化的影响力。

在传承的基础上,“嘉定一桌菜”也在积极探索创新之路。在菜品改良上,从“色香味”入手,邀请本地高端酒店如嘉定喜来登酒店的大厨们,对传统菜品进行创意改良。从以往农村地区粗放的菜品呈现,向精致化菜品外观转变。作为授牌经营点,菊园百果园还把园内种植的特色品种无花果与嘉定梅山猪融合在一起,推出创意融合菜“无花果红烧肉”。菊园百果园餐厅负责人介绍:“经过烹制,无花果的香甜渗透到猪肉的每一丝纹理中,肉质软烂,果香四溢,食客们品尝后都赞不绝口。”

“未来,我们希望能够借助更多力量,整合资源,拓展销售渠道,让‘嘉定一桌菜’实现更广泛的市场覆盖,让更多人可以品尝到这桌匠心美食,感受嘉定的风土人情,让本土饮食文化在舌尖上延续传承,让‘嘉定一桌菜’成为市民与游客心中难忘的美食记忆。”顾伟萍说。