

11月25日,国际素食日,又名国际素食节。借这个“非主流”的节日,让我们聊聊素食,以及素食文化。

在盐城,素食的风刮了很久,从高端素宴,到平价自助,到公益性质的免费素餐,加上不时出现的素食主题餐厅,其中有的歇业转行,有的坚持至今……

“逆流而上”的“素自助”

在市区双元路与迎宾路向南大约10米,有个不大的朝东门面,招牌上写着“聚释缘”,这是一家素食自助餐厅。

11月20日上午,大约从10点45分开始,搀扶着走来的夫妻,骑着电瓶车赶来的阿姨,还有开着汽车过来的年轻人……店铺门口的空地上,车越停越多,人也越聚越多。

“11点了。”不知是谁说了一声,大家纷纷走进店内排队,扫码付了25元后,拿着盘子和碗就可以到楼上用餐。

在楼上的自助选餐区,靠墙一侧可自选食材制作麻辣烫,也可现煮馄饨、面条,还有热腾腾的炸串和中式点心,中间的长桌上,一侧有十多个保温大砂锅盛着炖菜,另一侧是十多个不锈钢保温炉装着炒菜,台面上则摆满了凉菜、水果、点心等等。取完餐,大家各自找空位坐下,认识的、不认识的,互打个招呼就能坐一起吃饭,其乐融融的氛围充满了整个空间。

老板之一的花荣冬笑盈盈地站在楼梯的拐角处,时不时帮一把手。

“我们是一家纯素的自助餐厅,所用食材连鸡蛋、葱蒜都不加,每天供应中餐和晚餐两顿。”花荣冬说,她吃素十多年了,2021年和朋友一起开了这家餐厅。

“我当时不知道,走上的是一条‘逆行’路。”经过开业的热闹之后,餐厅生意变得萧条。“晚餐时段只有三五个客人,有时甚至一个客人也没有。”花荣冬回忆,“我那时候才知道这事很难,光那两年,市区就倒闭了两家素菜自助餐厅。”

逆水行舟,不进则退。

苦苦思索不解,花荣冬找来大厨陈红祥,陈红祥曾在同类餐厅工作过。“我们俩坐下来讨论,总结素菜餐厅难以坚持的原因。”

他们发现当时很多人,包括素菜餐厅的经营者,对素菜的认知很单一。“他们觉得素菜,要么是青菜炒香菇之类的家常菜,或者就是买那些现成的‘仿荤菜’,对平价素菜缺乏想象力,要么就觉得素菜都是高端菜系,做不到物美价廉。”

花荣冬想打破人们对素菜的惯有认知,以健康美味的平价素菜赢得口碑。她顶着成本的压力,组织团队外出学习。三年时间,跑过南通、南京的知名素餐厅,也去了各地寺庙学习素斋。

现在的聚释缘,菜品丰富,日常品种70多个,五花八门,营养美味,不仅做自助餐,还承接生日、婚礼等素宴。



花荣冬给外国友人介绍中国素菜

素食『小众餐饮』渐获大众青睐

纯净食材 本色制作 健康营养

□记者 蔡冰清 文图



陈红祥在添菜

短视频带来“泼天”流量

“素菜有什么好吃的?哪怕好吃,也是放了很多油,还不如直接吃肉。”与聚释缘一墙之隔,有一家甜品店,老板萌妈,与花荣冬做了三年邻居,愣是没进店吃过一回。

直到今年夏天,花荣冬找了个日子,邀请周围邻居吃饭,“我也没有想到,我吃第一口就爱上了。”萌妈说,“那个看上去像糖醋里脊的菜,外面脆甜,里面是软糯的红薯,还有‘油端子’,鲜香爽口,外酥里糯,吃了完全停不下来。”

“总有一个菜能打开你的素菜世界!”萌妈不仅自己来吃,还拉上老公女儿来打卡,在朋友圈分享点赞,“这么好吃的素菜,应该让更多人了解。”

得知聚释缘开业至今,成本还没收回,萌妈无比震惊,“大家都是做生意的,聚释缘菜品好、价格低,为什么这些年只能勉力维系?”

陈红祥给萌妈算了一笔账:现在餐厅每个月支出大约在18万元,按照这个数额,每天营业额达到6000元,才能维持平衡。

“为什么不能稍微涨点价?”萌妈很好奇。“涨价违背我的初衷,让更多人吃上好的素菜,比赚快钱的餐厅更重要。”花荣冬说,薄利多销是其坚持

的盈利逻辑。

不能提高客单价,只能增加客源了。萌妈撸起袖子,我来试试!

很快,萌妈发布第一个短视频。“没有推流的情况下,播放量就达到了10万。”萌妈激动地说,趁热打铁,她又陆续发了几个视频,每个视频都有几百个点赞、收藏,下面的网友留言也是充满了好奇。

视频宣传奏效了。“从9月份开始,我们店里上客量明显提升了。”花荣冬感慨,每周三到周日,来的年轻人特别多,还有很多带孩子带父母来的。“我做了简单统计,现在店里的客人大约一半是老年人,另一半是年轻人和孩子。”

视频甚至吸引来了外国友人。“上周,一个看上去有2米高的老外走进来,说要吃饭。”萌妈说,他对素食餐厅特别感兴趣,一定要和花荣冬见面。“双方通过翻译器进行了友好交流,老外说看到视频找过来的,还不停夸赞花姐素菜做得好,临走非要拉着花姐合影。”

“素食也是一种文化,能通过这样的方式和外面的世界交流,我很骄傲。”花荣冬说,细心的她还在店里准备了刀叉。

总有一个素菜“打开”你

现在,越来越多的年轻人知道了聚释缘,也愿意尝试,怎么留住他们呢?

还是得好吃!花荣冬拉着陈红祥研发新菜品,拉着萌妈研究新甜品,就是一个目标,迎合年轻人的口味。

素菜的开发有诸多讲究,其中“仿荤”菜,既要做到形似,又要做到美味,还要做到健康。陈红祥说,聚释缘坚决不用半成品的“素肉”“素鱼”,甚至降低豆制品的使用,油焖菜、油浸菜这类也尽量不上餐桌。

陈红祥做厨师25年,从“荤厨”转为“素厨”之后,手机里收藏了上百个素菜视频,没事就在小红书、视频号里找灵感,还托朋友找素菜食谱。

“越研究越感觉素菜难做,要清爽清淡,少油少盐,还要好吃,太难。”陈红祥说,“再难也值得坚持,因为吃素确实好,我在这干三年,体重已经从90公斤,自然降到了80公斤。”

清炒西蓝花,是店里一道保留菜。“如果焯水再清炒,免不了油腻。”陈红祥说,现在改“炒”为“煮”,在清水中放一下食盐,控制好时间,捞出过凉水,再加一些佐料拌匀,口感清

脆爽口还不油腻,“很多素菜,我们改变了传统的烹饪方式,尽可能保留原汁原味。”

清炒茼蒿就是类似的烹饪手法,采访当天记者看到,单中午一顿饭,保温炉就添了四回。

聚释缘研发新菜的氛围很浓厚,有新菜出来,店里连洗盘子的人在內一共14个人,全坐下来品尝、参加讨论。

深受小朋友欢迎的素汉堡,就是这样研发出来的。“面包坯实际上是馒头,通过多次烘烤试验,达到松软酥脆的效果。”陈红祥介绍,“关键是‘鸡排’,我们开始用的杏鲍菇,厚实多汁,但是有同事提出意见,说杏鲍菇咬一口有时扯不断,我们就换上了金针菇,裹面炸至定型,咬一口酥脆多汁还能撕开,推出之后,获得一致好评。”

如果最近去,大概率还会遇到新菜素辣子鸡丁。

这是陈红祥近期的“得意之作”。“点睛之笔就在‘鸡丁’是什么丁。”陈红祥卖个关子,“不是豆制品,也不是杏鲍菇,兼具真鸡肉的鲜嫩和纤维感。大家吃完,可以猜一猜。”