



时间过得特别快，还剩不到一个月，农历鼠年春节就要到来。新的一年，你有什么期许？财源广进、事业有成、身体健康、青春常驻……我们总是希望所有愿望都能实现，就像我们想要在一顿饭里尝尽珍馐百味。这个愿望，只需要一份荟萃百菜百味的盆菜就能实现。而今年，我们有了更多选择，米其林星级大厨加持的、食神蔡澜亲自研发的、为本地市民新鲜制作的、为挑剔的你专属定制的……过年吃什么？买个盆菜回家，应有尽有过肥年！

细数盆菜真味

话说盆菜虽然表面看着和东北乱炖有点相似，都是肉、菜、粉丝一锅端，其实本质截然不同，一个是从头到尾都是随意无序，而一个则是统筹全局的匠心独运，透出广府人的细致耐心来，其间水磨功夫可真是烦死人，每一层都由不同材料构成，而且每一种食材的烹饪方式和时间都各不相同，去到最后阶段才彼此相认，归于同一个锅中，再浇上浓郁酱汁，融为一体。

最早的时候，它不过是乡村菜，材料多是乡村亦可准备好的东西，最少有八样：萝卜、支

盆菜的打盆顺序

正宗的传统打盆有三层和六层之分，以六层为例，上三层是鹅、鸡、鱼、虾、蹄筋、猪手、花菇等珍贵大方肉码，下三层则是萝卜、猪皮、黄芽白、支竹、鱼蛋、粉丝等容易吸汁的材料，这样可以令到肉汁一层一层地往下渗，一层比一层滋味。

在堆叠完材料之后，还要淋上一个盆菜汁酱，现在一般是用

吃盆菜有次序

对于平时鲜少吃盆菜的人来说，乍然面对如此一盆“庞然大物”，往往就有渔夫碰上鲸鱼的感觉，浑不知该如何下手。

师傅教路说，盆菜得一层一层按顺序地吃下去，先把最名贵的食材干掉，最后才动铺底的吸

竹、鱿鱼、猪皮、冬菇、鸡、鱼球和猪肉。现在材料已经干变万化，连鲍、参、翅、肚等贵价食材也可以共治一炉。

不过事前工序可一点不能少，煎、炸、烧、煮、焖、卤全部齐全：鸡要提前浸白卤水然后吊身白切，鹅要炭火烧好然后斩件，烧肉得预先五花三层靓花腩烤好，大虾得早早香煎，至于鲑鱼球要高汤焗，鹅掌更得以鲍汁扣脰……若是碰上名贵的鲍参翅肚，还得提前两天浸发再以鲍汁扣焖入味，可以说光是前期准备已经花费两到三天功夫。之后才是俗称的“打盆”，也就是把各种材料按照顺序层层叠。

鲍汁，讲究的是用老鸡、5 年陈金华火腿、赤肉等贵价食材来熬汁，取其增香之能。而传统的做法就简单直接得多，把烧鹅汁留起来，选个粉粉的好芋头切粒炸香，然后放入烧鹅汁中一起煮到芋头粒融化为止，酱汁浓稠，其香远而郁，入口如略略起沙，被炉火一逼，暖融融馥郁香。

汁食材，此时味道才是最美时候。其实盆菜吃的就是一个随意，上桌之后一大盆汁酱滚起，大家立即齐齐举筷，在盆中不停地翻找自己所爱，把盆菜翻个底朝天也无所谓，这才叫真正的美满团圆呢。

广州和味盆菜推荐

过年吃什么？盆里乾坤

百菜百味

文 / 图 羊城晚报记者 王敏

1 一只鸡成就的“五星级”盆菜

广东人团年宴必须吃鸡。传统的盆菜鸡均为切件。广州香格里拉大酒店中餐行政总厨陈国雄创意地使用一整只清远鸡，寓意过年完完整整，团团圆圆。鸡身完全去骨，肚里填满白灵菇、花菇、黑皮鸡枞菌、栗子和红莲子等，加入鲍汁文火熬煮入味。煮制后的鸡放入盆底垫底，上面加入预先处理好的辽参、大连鲜鲍鱼、蚝豉、花胶筒等优质海鲜和珍贵食材。一盆菜包含多达 14 种食材，足够 10 人一起享用这幸福的新年味道。

给整鸡去骨是这道盆菜最有难度的工序之一。必须从鸡脖子处划开一个小口，再把鸡骨逐一去除，要做到骨全清而皮不破，十分考验师傅的技术。

消费指引：广州香格里拉大酒店夏宫中餐厅

参考价格：3888 元（十人份，包含一只支持明火或电磁炉加热的陶瓷盆及陶瓷架一个，以及 10 张价值人民币 100 元的餐饮代金券）

2 平民餐厅的“富豪”盆菜

老牌港式餐厅“大家乐”请来有 50 多年高级餐厅总厨经验的米其林星级主厨谢文先生，为其监制“乐聚一堂·聚宝盆”系列盆菜。谢文曾服务于四季酒店、洲际酒店以及在有着“富豪饭堂”之称的福临门等多家高级餐厅。他认为，食材是食物的灵魂，因此在盆菜材料的选用和处理上都尤其讲究。例如海参，选用的是大连梅花刺参，因其生长在大连冰冷纯净的原生态水

域，体壁肥厚，肉刺饱满，体内杂质少，入口劲道爽滑。

聚宝盆系列盆菜提供 4-6 人份和 8-10 人份两款盆菜供大家选择，元宝大鲍鱼、南美大白虾、特级越南花胶、湖北靓花菇等十余种山珍海味经过烹制后，按味道从淡到浓一层一层码好，其味道相互渗透，层层入味，你中有我，我中有你，食材滋补很实在。

消费指引：大家乐

参考价格：精致聚宝盆 588 元/珍馐聚宝盆 1068 元

3 “食神”把关的港式盆菜

“懂吃”且“爱吃”的食神蔡澜，要求盆菜除了有名贵的食材，还要保留传统口味。拥有近 40 年盆菜制作经验的主厨张日诚师傅心领神会。他的秘方之一就是鲍汁汤底。用鸡、排骨、火腿、猪皮等十多种原料与发制好的鲍鱼、精心调配的秘制酱料经过 6 小时的文火熬制，熬出来的鲍汁醇厚浓郁呈琥珀色。熬鲍汁的时候，张师傅还在其中加入了烧烤过的章鱼，使得鲍汁的味道更鲜，闻起来也更香。和传统荤素搭配的盆菜不同，蔡澜港式点心专门店的盆菜是没有蔬菜的，取而代之的是松茸。松茸营养价值高，吸饱了鲍鱼汁之后滋味更佳。

和鲍鱼、花胶、球参等名贵食材相比，猪皮和红烧猪肉要普通得多，但是二者却是传统盆菜的精粹所在。红烧猪肉更是蔡澜先生坚持要选用的盆菜材料。至于猪皮，则是广东最正宗的“沙爆”猪皮，经过高温熬煮、去油、沙爆等九道复杂工艺，口感爽脆。

消费指引：蔡澜港式点心专门店

参考价格：四人份 988

元/八人份 1688 元

4 粤菜老店的超多料盆菜

“炳胜”每逢农历新年都会推出多款用料丰盛的贺年盆菜，今年也不例外。“极品喜庆鲍鱼盆菜”里面有鲍鱼、海参、烧肉、掌翼、蹄筋、花胶、烧鹅、白切鸡、海虾等多种食材，层次感丰富，味道馥郁香浓。“年年有余盆菜”的主料有炳胜驰名的和味猪手，以及肥而不腻的扣肉、色泽金红的烧鹅等。其中最抢眼的当属占据盆菜最上层 C 位的一整条鲑鱼。乍一看，以为它只是一条肉汁饱满的鲑鱼。夹上一块，才发现内有乾坤，原来是广东传统风味名菜煎酿鲑鱼。鲑鱼肉质鲜美，但多刺，需要手工将鱼青一层层刮出来，再将细小的骨刺一根根拔出，很考功夫和耐力。

“禅意大盆菜”是盆菜里少见的全素盆菜，主料包括竹笙、黄耳、偷耳、木耳、雪耳、草菇、蘑菇、北菇、杏鲍菇、花菇仔等。山珍菇菌的搭配，让茹素人士也可以享受到荟萃百菜百味而共治一炉的“丰盛感和味”。

消费指引：炳胜饮食集团旗下各分店

参考价格：极品喜庆鲍鱼盆菜 1699 元/满堂吉庆大盆菜 999 元/年年有余盆菜、禅意大盆菜 699 元

5 现买现做的广式盆菜

今年，广州酒家除了“合家欢”、“福临门”两款传统新春大盆菜，还全新推出了“盆满钵满大盆菜”，在传统基础上增加了鲍鱼、鸡、猪手、海参、鱼肚等名贵材料，让盆菜的规格和口味得到升华。

和采用冷冻保鲜、冷链配送的外卖盆菜不同，盆满钵满大盆菜的优势在于采用现做现取的方式，最大限度地保证盆菜食材的味道鲜美。消费者购买需要提前 5 天预约，广州酒家师傅会在取货当天才进行制作，争取将最新鲜制作好的盆菜交予消费者的手上。

消费指引：广州酒家

参考价格：盆满钵满聚宝盆 1298 元/合家欢盆菜 788 元/佛跳墙盆菜 398 元

6 丰俭由人的定制盆菜

盆菜除了固定搭配外，还可以有更丰富的选择吗？在“温祈福酒家”，你可以定制一个专属于你的新春盆菜。这里的盆菜向来新鲜制作，落单现做，只需提前一天预订即可。而今年主打的“全家福盆菜”除了有蚝豉、切鸡、虾、发菜、烧鸭、凤爪、猪手、支竹、墨鱼饼、福袋、粟米、冬菇等固定搭配外，还可任客人喜欢，随意添加花胶、柱甫、海参、鲜鲍、煎酿鲑鱼等食材，真正做到丰俭由人。

消费指引：温祈福酒家

参考价格：价格从几百元到上千元不等



张日诚师傅的秘方之一就是鲍汁汤底



不时不食

瑟瑟发抖的冬天有大芥菜陪伴你

文 / 图 羊城晚报记者 王敏

广东人不论是大摆筵席“九大簋”，还是家常小菜三几味，一碟青菜总是少不了，品种也随着时令不停地变着花样。一入冬，“冬芥菜”就常在广东人的餐桌上露脸。

所谓“冬芥菜”，顾名思义可以理解为“冬天的芥菜”，像大芥菜、水东芥菜等，入冬后不带苦味、涩味，入口爽甜。犹记得水东芥菜刚上市的时候，还是酒楼餐桌上的贵客，转眼间，就经常出现在广州师奶的菜篮子里。水东芥菜形似鸡心状，菜干肥硕圆润，碧绿透亮，所以又叫做“鸡心芥菜”。

水东芥菜口感爽脆，没有普通芥菜的那种苦涩之味。第一次吃到的人总不免要惊喜一番，“总算知道什么叫清甜无渣的口感了”，从此之后便会吃上瘾。水东芥菜以白焯、豉油王捞或蒜茸炒居多，深得老饕喜爱，价格也有逐年上升的趋势。

而大芥菜则更为人熟悉，一到冬天特别绵软清甜，适合用来滚汤或者做煲仔菜。说起大芥菜，就不得不提吕田大芥菜了。作为村里的“明星”产品，新联村的大芥菜一直深得大众喜爱。近日，随着低温天气的到来，吕田镇新联村的大芥菜更为爽脆甘甜，让人忍不住食指大动。

粤点传承 大师助力

文 / 羊城晚报记者 林清清

粤菜粤点的传承成为近日热话。前有 11 月“粤点泰斗”何世晃 86 岁寿宴上的传统授徒仪式，后又有行业大厨加盟的粤菜粤点大师工作室正式挂牌。

日前，“粤菜师傅工程：广式点心传承与发展论坛”在广州举办，与会专家学者、行业大师齐聚，探讨广式点心的未来发展空间、人才培养储备与如何走向世界等问题，并就广式点心的行业标准等问题，展开了分析与对话。

为了加快推进“粤菜师傅”工程，由广州城市职业技术学院与广州市五星级酒店总厨交流协会合作的“广式点心大师工作室”正式挂牌，李智明、黄认稳、莫代泉、黄光明四位行业大师将担任客座教授，为粤点沿着“一带一路”走向世界培养专才，弘扬岭南美食文化，推动粤港澳大湾区餐饮发展。



“中国最赚钱高铁”京沪高铁昨起招股

初始战略配售比例达 50%，明年 1 月 6 日发行

羊城晚报讯 记者马灿报道：25 日，备受关注的京沪高铁正式启动招股。首次公开发行不超过 62.86 亿股，将于明年 1 月 6 日网上网下同时申购。值得注意的是，本次京沪高铁的初始战略配售比例高达 50%，超过此前邮储银行 40% 的战略配售比例。

作为百亿元利润的高铁巨无霸，

京沪高铁上周五获得证监会批文后就引起广泛关注，市场预计融资额可能超过 300 亿元。值得注意的是，京沪高铁的初始战略配售股份数量为 31.43 亿股，占本次发行股份数量的 50%，超过此前邮储银行 40% 的战略配售比例。

根据此前披露，京沪高铁 10 月 22

日首度报送招股书，11 月 4 日首发申请获得反馈，两天后完成预先披露更新，11 月 14 日首次上会顺利通过。仅用了 23 天，创下了 A 股最快过会纪录。

京沪高铁被称为“中国最赚钱高铁”，按 2018 年净利润 102.48 亿元计算，日均净赚逾 2800 万元。

招商银行广州分行 ETC 助力高速智慧出行

根据《加快推进高速公路电子不停车快捷收费应用服务实施方案》规划，到 2019 年 12 月底，高速公路收费站实现 ETC 全覆盖，ETC 车道成为主要收费车道，每个收费口仅保留一条人工收费通道，高速公路不停车快捷收费率达 90% 以上。招商银行广州分行积极响应国家政策，推出 ETC 服务，为广大车主提供免费办理、线上快捷申请、ETC 设备免费、高速通行费优惠等便民惠民 ETC 优惠，充分满足有车一族高速智慧出行的需求。

ETC 不停车收费系统是目前世界上先进的路桥收费方式之一，实现车辆

不停车交纳通行费。ETC 的应用切实提高了高速公路通行效率，促进交通运输节能减排，是缓解高速交通拥堵的有效途径，在未来时间将得到大范围应用，同时，ETC 车道也将成为高速路主要收费通道，全民 ETC 时代正加速到来。

据了解，招商银行广州分行 ETC 免费办理服务，不仅免费赠送 ETC 设备，线上申请更充分解放车主时间，免邮寄送，足不出户即可实现 ETC 安装，高速出行费优惠为高速出行进一步减压，实现车主轻松出行。

此外，该行已形成一站式车主服务

体系，通过“车主卡 + 手机银行广州车主专区 + ETC”的产品服务组合，涵盖优惠加油、高速通行、维修保养、违章查询四大车主核心服务及油卡充值、购车分期、驾照查分、一键移车、车辆估值、VR 看车、新车资讯、用车指南、找车位等增值服务，全面满足车主从高速出行到日常用车的日常需求。

秉承“因您而变”的初衷，招商银行始终朝着“打造最佳客户体验银行”不断向前，未来，该行将继续聚焦用户体验，深耕服务场景，致力于为客户提供更加优质、高效、便捷的服务。

（文/戴曼曼）

工银瑞信实力揽获“2019 年度卓越 ETF 基金管理人”

近日，第 17 届中国财经风云榜评选揭晓，通过对基金公司 ETF 管理规模、跟踪误差、流动性三个维度进行考量，同时综合参考投资者网络投票和专家评审意见，工银瑞信摘得“2019 年度卓越 ETF 基金管理人”奖项。

2019 年适逢工银瑞信 ETF 业务发展十周年，截至 11 月末，公司被动业务规模已逾 350 亿元，较年初增长 100.5%，居行业前列。作为国内较早布局指数化投资的基金公司，工银瑞信 2009 年推出旗下第一只 ETF 产品——

工银上证央企 ETF，首发规模达到 45.34 亿元。在随后的十年中，工银瑞信 ETF 产品布局日益全面，成为业内少数同时拥有上证 50、沪深 300、中证 500 和创业板四大宽基 ETF 的公司之一。

在完善布局、做大规模的同时，工银瑞信凭借领先的指数投研能力和严密的风险控制能力，在 ETF 这一领域的品牌形象也在不断提升。工银瑞信指数投研团队中，投资经理均具有 10 年以上从业经验，指数构建能力强，跟踪误差控制持续

位于同类基金前列。

以红利策略产品工银深证红利 ETF 为例，截至 12 月 20 日，该基金自成立以来总回报 101.69%。报告显示，自 2011 年 1 月 11 日上市以来至 2019 年 7 月 12 日，工银深证红利 ETF 日均偏离度绝对值仅 0.029%，年化跟踪误差未超过 2.00%。凭借优异的被动投资能力及规模、业绩表现，工银深证红利 ETF 从二百多只股票 ETF 中脱颖而出，获评“2019 最佳爆款产品”奖。