

# 漫读周末

## 女船长白响恩：人生如海，破冰前行

她是中国第一位穿越北冰洋的女航海驾驶员，还是一名航海科普网红博主

文/羊城晚报记者 王隽杰

今年7月11日是第19个中国航海日，白响恩作为演讲嘉宾参加了主论坛活动，日程安排得很满。与此同时，她也在进行航海直播。不论是线上还是线下，都不断有人向她咨询航海相关的问题。她觉得，这个行业确实被更多人看见了。

白响恩有很多身份，她是中国第一位穿越北冰洋的女航海驾驶员、上海海事大学商船学院的副教授，还是一名抖音航海科普博主。在不同的领域中，她都在破冰前行。白响恩希望能让更多人了解航海知识，也想消除“女孩不适合当海员”的刻板印象，让更多女性有打破壁垒的勇气。



白响恩在“雪龙”号前 受访者提供

### “为什么女生不能开船？”

在很小的年纪，白响恩就确立了自己的志向，她喜欢大海。

1984年，白响恩出生在上海黄浦江畔，她的外公和父亲都是海员，她从小便对父亲口中的大海和轮船产生了向往。在白响恩上幼儿园时，上海的天际线还没有被黄浦江两岸的摩天大楼改变，她最喜欢的事是跟着父亲坐轮渡往返于浦东和浦西。“每次坐在轮渡上，看到江上各种各样的大船，我都很好奇，想上去看一看。”

在彼时的中国，驾驶轮船是女性无法踏足的“禁区”。白响恩每次和父亲说自己也想开轮船，得到的回答都是一样的：进驾驶舱需要海员执照，而全国没有一所航海院校会招收女生。

冰冷的现实没有改变白响恩对大海的热爱，很多个寒暑假，白响恩都在父亲工作的船运公司度过，她听着巨轮远航的故事长大，很自然地觉得自

己属于大海。而且白响恩不服输的性格让她有一种逆反心理，“为什么女生不能开船？我想证明我自己。”

2000年，正在读高一的白响恩迎来了人生的转折点。父亲给她讲了一件“新鲜事”，上海海运学院（后更名为上海海事大学）要开始招收女生了。白响恩没有错过这次机会，2002年，她如愿考入了上海海事大学航海技术专业。在21世纪初，这是国内唯一招收女性的航海专业，男女录取比例为10:1。

“如果当时上海海事大学没有招收女生，你现在会在做什么？”“可能会去船舶公司做管理，或者学习海商法，这些我都很感兴趣。”面对记者的这个问题，白响恩的回答很干脆，她没有考虑过航海之外的职业。

### 从零到一的“破冰之旅”

进入大学时，白响恩接受的是准军事化的管理，女生被要求统一剪短发。“一眼扫过

去，好像整个教室都是男的，认真看才发现还有几个女生。”如今被白响恩笑谈的经历，就像她航海生涯的缩影——在男性主导的海域，女性想要浮出水面被人看见，很难。

第一道关卡是心理上的，在传统的航海文化中，女性上船被认为是不吉利的，这种封建落后的思想当时还普遍存在于行业内。白响恩对此不屑一顾，相比于此类刻板印象，生理上现实的差距是她更大的难题。

在实习做水手时，敲锈、油漆等都是需要完成的工作，在甲板上风吹日晒，干着重体力活，男性都会觉得辛苦。但白响恩坚持了下来，她在船上做好自己的工作，在课堂上学好每一门课程。面对种种困难和成见，白响恩通过努力提升自己来回应。而且通过学习专业课程，她更确信女性也可以做一个好船长，“在航海员的选拔上，男女并无差异，主要是看航海资历，要想成为一名优秀的航海员，需要扎实的理论知识和丰富的航行实践，耐心与毅力缺一不可。”

2008年，白响恩研究生毕业后留校任教。在教学之余，她从来没忘记在一线成为船长的梦想。白响恩告诉自己的师傅——船长丁军平，她想要在校船“育锋”轮上独立当班。丁军平很惊讶，在此之前，“育锋”轮还从来没迎来过一位女性驾驶员。为此，学校召开了多次会议，反复讨论能不能让女性独立开船。最终，在丁军平的支持和白响恩多番表达意愿后，学校同意了，白响恩成了“育锋”轮第一任女驾驶员。

这是白响恩“破冰”的第一步。她证明了自己，也证明了女性在航海领域完全不逊色于男性。

2012年，中国第五次北极科考队要乘坐“雪龙”号（中国第三代极地破冰船和科学考察船）开展科考任务，对外招募航海志愿者。已经成为二副的白响恩报了名。在30多名候选人中，她被选中了。白响恩认为，除了她积累的航行经验外，是她想要学习极地航行，再回来反哺教学和科研，培养更多极地航行人才的想法为她赢得

了这次机会。

北冰洋白雪茫茫，浩瀚无垠，很美。白响恩看着破冰船一路前行，前方的冰层不断被破开，船尾的冰缝越来越长，内心止不住地感动、澎湃。

在北极，白响恩经历过生死考验。雪龙号曾被卡在冰脊中无法动弹，她也失足跌进过冰窟窿，好在两次都成功化险为夷。这些经历让白响恩成长了很多，她不再纠结于一时的得失，而是不断找到新的方向，去做更多有意义的事。

### 在科普的巨轮上起航

从北极回来后，白响恩有了知名度，她便趁着这股东风开始做起了航海科普。她去中小学做讲座，参加了电视节目，还在抖音等短视频平台开设账号，讲海上生活和航海常识。

白响恩告诉羊城晚报记者，自己最初做抖音账号只是为了教学需要。去年暑假白响恩驾船出海，学生们三年没有机会上船，希望她能分享一些

海上见闻。由于海上流量有限，没法将视频传至一个个课程群，白响恩便直接将视频传到抖音上。

白响恩行事干练，说话干脆，有职业女性的自信。她的视频很快“破圈”，吸引了大量学生之外的人群。这些人中有分享经验、探讨业务的航海从业者，也有看海上生活的“吃瓜群众”。白响恩制作的“跟着白船长去看海”系列视频在抖音平台有近1200万播放量。

不过在白响恩看来，目前的航海科普工作还远远不够，大众对于航海的了解有限。“我国是一个有着三万两千多公里海岸线的海洋大国，如果要把我国建设为海洋强国，大家不需要了解一些相关知识吗？”因此，白响恩决心把航海科普这件事坚持下去，让更多人了解航海，爱上航海。

如今，白响恩已经成了“灯塔”，让更多有志于此的女孩找到方向。“有很多女学生告诉我，是我的经历给了她们选择航海专业的勇气，这是我最开心的事。”

## 让更多人品尝到昆虫的美味

广州了能菜老板罗军：

文/羊城晚报记者 谢小婉 实习生 周杰 吴紫婷 陈佳钰  
图/羊城晚报记者 姜雪媛 实习生 张永奇 魏若彤

了能，在粤语里是独特稀少、刁钻古怪之意，了能菜便是在选料、制作、口味等方面独特稀奇的广东风味菜肴，昆虫宴属于了能菜的一种。

今年6月，梁家辉在节目《食万八千里》中做客广州餐厅“晶彩轩·了能菜”，品尝并大赞昆虫宴，称“吃完这一顿，你们就会昆虫无妄”。节目播出后，广东人以虫为美食的话题引发热议。

翻开“晶彩轩·了能菜”餐厅的食谱，蜈蚣、竹虫、水蟑螂、桂花蝉、蚕蛹、蚂蚁、草蜢、蜻蜓……近30种昆虫赫然在列，据餐厅老板兼大厨罗军介绍，中国是最早的食虫大国，广东人吃虫的历史也由来已久，在他的理解里，了能菜吃的是独特，昆虫宴吃的是稀奇，菜式虽然小众，但并不妨碍它们给食客带来纯粹的美食享受。

广州老饕爱吃了能菜

要做好了能菜，得下足功夫

编昆虫食谱，补国内空白

罗军，自述在广州土生土长，从15岁人行起，到如今已做了38年的粤菜师傅了，年轻时他辗转全国各地当厨师做粤菜，2006年回到广州，想开一家自己的餐厅。

因为想做有特色的广州菜，罗军把目光投向了能菜：“我入行后就对了能菜有一定的了解，像蚕蛹、禾虫等虫子其实都是传统粤菜的原材料，我就想做点昆虫美食，把‘了能’作为店的特色，当时店也不大，可以专攻这方面。”

罗军提到，当初开了能菜饭馆时，整个广州恐怕他是独一家，起初他也有顾虑，担心食材过于独特，甚至“可怖”而不被食客接受，因此在做招牌时，他特意把“晶彩轩”三个字放大，而把“了能菜”的字样缩小。

要做好昆虫美食，光靠“了能”这一噱头可不够，为了让菜式独特又好吃，罗军下足了功夫：“第一是要安全，我要知道虫子自身以及产地各方面的情况；第二是要好吃，我自己认为好吃的才会上菜牌，不能一有新品就随便上。”

食客对于了能菜的食材有天然的畏惧心理，当蜈蚣顺着筷子向手里爬的时候，罗军也会本能地感到害怕：“就像电工也害怕触电一样。”他把安全性当作重中之重来把控，深入了解每个品种自身特点以及产地等各方面的情况，他从两个方面来把控，一是食材吃进去后不具备毒性，“像蝎子、蜈蚣，它们的毒液进入人体血液有毒，但将它们用特定方法制作成食物吃进肠胃就没问题。那

小。”刚开业的时候，我们主做粤菜，昆虫只是我们的特色菜，一开始品种也不多，就常见的蜻蜓、竹虫等，味道还可以。”罗军回忆道，“没想到客人们吃了以后都很喜欢，我就慢慢地增加昆虫的品种，昆虫美食就逐步成为我们的重要特色，此外还增加了一些别了能菜”。

罗军早已换了招牌，如今“了能菜”三个字成为主角。了能菜原材料稀奇，有诸如蛇、蟋蟀、蜈蚣、蝎子等大众印象里的丑陋生物，往往让外来食客望而却步，但广州本地食客对昆虫宴等了能菜美食却态度友好。

7月的一个傍晚，饭点时分，食客们涌入店里，很快坐满。王阿婆特意带了自己的老

些无法被人体分解毒性的食材会被排除”；二是食材生活的环境没有被污染，城市里的昆虫受到污染的概率比较大，便不会被采用。罗军选用的原料有专门的养殖产地和进货渠道，确保进入菜谱的昆虫等食材不在保护动物名单上，同时规避野生捕捉带来的一系列食品安全问题。

此外，每次增加新品，罗军都会对虫子全方位研究一番。先是切开看虫子的构造：粪便多不多，够不够干净，肉质是结实还是松软……先对虫子有最基本的了解，然后用清水煮，感受其最原始的味道，再根据不同虫子的特点，用不同的烹调方法做出不同的菜式，“比如有些昆虫肉质是硬的，我就用来炸，有些是比较软的，就拿来蒸

友陈叔过来品尝：“我之前吃过一次，觉得很好吃，就带人过来尝鲜。这菜单上都是虫子，你看着害怕，但我小时候就吃过了。”陈叔是头一回来这家店：“他的招牌挂在外边，平时进进出出都看得到，我想怎么有‘了能’的菜呢，就跟着过来看看。”

店里往常接待的客人，不乏像王阿婆这样的本地老饕，“有很多老人家小时候都是吃过虫子的，现在条件好了，做昆虫美食的店也少，他们有几十年没吃到了。”罗军提到，有客人专门过来订一份外来美食，打包回家，因为他的妈妈一直想吃又没找到哪里。

广州人对“吃”是出了名的挑剔，昆虫美食何以能够屡屡让本地老饕赞不绝口？罗军解释称，广州人好奇心，愿意尝

或者煮，尽量突出昆虫的美味”。如今，罗军的菜谱上已有近30种昆虫的身影。

经过逐年的悉心研究，罗军自认在昆虫美食领域颇具心得。选料上，眼光毒，一眼就能辨好坏，“有些地方做桂花蝉，要卤很长时间让它入味，但其实只要料选得好，它本来就已经很香了，我只需要用盐水煮就能突出它的清香，我做的桂花蝉我感觉到有淡淡的薄荷香味。”罗军说道。

店里成本最高的，当属竹象虫的幼虫。“在广东广宁它吃竹子笋，就叫它竹虫，在越南它吃椰子树，就叫它椰子虫，而我把它称为南瓜虫。”罗军提到，这种虫子本身不贵，它的成本之所以高，是因为他特意花费很大精力，找了专门的养殖

试新奇的食材，另外昆虫美食的滋味一点也不差，据他盘点：南瓜虫外脆内多汁一口爆浆；禾虫独有浓郁的稻草气息；蝗虫口感如松脆坚果；蜻蜓蛹是香酥的鱼虾滋味；蜈蚣苦中回甘；蚂蚁蛋有种像椰子奶的味道；而豆虫膏竟比蟹黄更香甜……

随着时代的发展，大众对于昆虫美食等了能菜的接受程度也越来越高，罗军接待过不少诸如梁家辉这样的名人明星，而慕名而来的食客里，也大部分是年轻人。“其实接受程度最高的是小孩子，我们曾经接待过一帮幼儿园的小朋友，有十五六个，是老师带着过来认识虫子的，那个场面很热闹，小朋友都抢着吃。”罗军回想起来，还是很高兴。

基地，用南瓜来喂养这种虫子，“如果用竹子来饲养，时间长了虫子会有一种不新鲜的味道，我用南瓜喂养，吃起来就有南瓜的清甜味”。

“我有一句话叫，只要你敢吃，我就会让你觉得好吃。”据罗军介绍，他开店17年中，也有餐厅模仿他，但要做好昆虫美食难度也不低，菜名可以学，菜式学不到，不少餐厅做了两三个星期就不了了之了。

除了好吃，昆虫美食一直被盛传有补充蛋白质等功效，但作为掌管做菜的师傅，罗军还是希望昆虫菜式能够成为食客们的一种美食享受：“我们去餐厅，本来就是享受美食，我做的昆虫菜也不低，菜名可以学，菜式学不到，不少餐厅做了两三个星期就不了了之了。”

如有些人要拯救地球，而他的使命，就是让更多的人了解到昆虫的美味。



店内墙上挂着光緒年間名为《美味求真》的古菜谱



“了能菜”餐厅老板罗军



请扫码加群爆料  
有本版新闻线索

南瓜虫

炸蟋蟀