

盛世华诞,家国礼赞。
山河远阔,人间烟火。
食在广州,离不开常吃常新的粤菜。取百家之长融于己用,不拘选材而千般变化,既有大开大合又不失小而精、小而美的清丽。
三餐四季,粤菜在不断汲取的发展过程中,逐渐演化成世界上最具代表性和最有影响力的饮食文化之一。餐饮人亦在其中坚持踏实勤谨,以匠心致初心,在深耕粤味传统与变通的探求之路上大胆搏击,积极进阶,不断交出令食客眼前一亮的新鲜答卷。
2026年国庆假期,新快报特别策划“一个人一道菜一座城”系列,继续深度直击粤菜领域的餐饮人,以美食开启城市精彩。

非遗美食 鸡煲蟹

用心、专心做好幸福生活的必需品

觅食地

艇上人家鸡煲蟹天然·河鲜酒家
地址:广州市海珠区江南西路
青柳大街35号101自编108

推荐菜品

非遗美食鸡煲蟹

鸡是广东人的挚爱,“无鸡不成宴”这句俗语正是这种饮食习惯的一个写照。

艇上人家这道鸡煲蟹,源于佛山三水的西江疍家,2022年被纳入三水区级非物质文化遗产代表性项目名录和三水地标美食。

这道菜虽然名为“鸡煲蟹”,但实际上蟹与姜、蒜等味料在其中都属“配角”,它们的目的全都是为了要鸡肉“借”到香和鲜。无论是爆香的姜、蒜还是经爆炒焖煮的蟹,自身的鲜香味几乎已完全被鸡肉吸收且融入菜品的汤汁当中,特别是蟹的作用,在这道菜当中更是属于典型的“牺牲自我,成就他人”的“无私奉献者”,所以有些食客在吃鸡煲蟹时往往觉得其中的蟹好似不够鲜甜,恭喜你感觉对了,因为它的鲜甜已经在过程中渗透给了第三方,鸡肉香,汤汁浓,用来捞饭一绝。

“老饕”则选择用煎面来进一步升华味蕾感受,把鸡煲蟹的酱汁淋在煎面上,入口既有酱汁的浓厚鲜醇,又有煎面酥脆松香的口感,更绝。

烹饪要点

蟹要爆香,将鲜味逼出来,再放鸡肉下去焖。

同时整个烹制过程中需要攒酒两次,第一次是爆香姜、蒜及蟹的时候,第二次是准备出锅前,都是利用酒精去腥增香。

同题问答

您认为什么是“人间烟火”?

广东人讲“搵食搵食,搵到就食”,这句话可以说是非常典型的本土饮食文化的体现。

对很多广州人而言,爱美食就等于爱生活,美食是幸福生活的必需品。

在广州随处可见大大小小、品类不同的餐饮店,从大排档到小食店,从高档食府到粥粉面饭,无论大街小巷,每天都有川流不息的人在寻觅美食的路上,也都有充斥街面的食物香气让人一天24小时在任何时段、随时随地都能找到适合自己口味的美食,果腹又好,满足猎奇心态又好,都能感受到广州这种饮食文化氛围,而这种繁荣兴盛的餐饮表现就是我认为的“人间烟火”。

烹调步骤



烹制鸡煲蟹的主要原材料。



“无私奉献”自己的中华绒毛蟹。



阳山鸡切成大小均匀的鸡块。



人间烟火即视感。

艇上人家的鸡煲蟹主要原材料包括阳山的跑山鸡和西江水域的中华绒毛蟹(即俗称的大闸蟹)、姜、蒜、蚝油等味料以及店家秘制酱料;

大闸蟹清洗干净后开盖去除多余无用(不能食用)部分,改刀一开二备用;

阳山鸡剖好后斩件,大小需大致相若,以秘制酱料调味并抓拌均匀备用;

爆香姜、蒜后下入大闸蟹翻炒出香味;

攒酒以去腥增香;

下鸡块,佐以鲍汁等调味,加适量水加盖焖8分钟(家庭烹制需15分钟或以上,因家用炉具火力没有餐厅火力强);

开盖加少许葱、蒜,再稍淋一圈酒,略挥发即可起锅;

艇上人家烹制鸡煲蟹时使用的锅就是这道菜的容器,上桌后下面还会以小火一直保持住热度,先吃鸡,后捞汁,完美。



斩好的鸡肉调味捞匀。



爆香料头并将蟹炒出脂膏。



加入鸡块焖8分钟。



非遗美食鸡煲蟹。

出镜人物

艇上人家
主理人 李生



“广州是‘美食之都’,生活在这座城是作为餐饮人的一种骄傲。

作为广州人,也出于自身对美食的热爱,从事餐饮行业三十多年,也一直持之以恒,坚持用心、专心做好出品,在寻觅美食、研究美食的同时也不忘守正创新,于粤菜,特别是疍家菜的传统基础上研发创新口味。

希望尽自己能力将餐饮这块招牌擦亮,也把广府文化(不单只饮食文化)发扬光大并传承下去。”

以匠心致初心
礼赞盛世中华

篇 4

策划统筹 新快报记者 陈斌
采访 新快报记者 陈斌
摄影视频 新快报记者 陈斌
观察 新快报记者 陈斌