

王洪俊：

一口铁锅里的30年鲜辣人生

记者 邓亮

10月10日临近傍晚,“长三角第一辣街”的烟火气逐渐升腾起来。小老王饭店后厨内,炉火烧得正旺,王洪俊左手颠锅、右手持勺,铁锅里菜油翻滚,辣椒段和蒜片被抛起又落下,瞬间激出一股呛人的鲜香。他手腕一抖,锅中的食材翻了个面,动作干脆利落,像三十年前在马路边支起门板摆摊时炒菜一样。

王洪俊今年59岁,从棉纺厂锅炉工到马路大排档摊主,从荷花东区的门面到杨家巷的饭店,再到如今“长三角第一辣街”的本土特色店……三十年时间里,他扎根衢州烟火市井,守好传统老菜手艺、深挖鲜辣风味内涵,以一名平凡餐饮人的初心与担当,为衢州鲜辣美食的传承与传播贡献力量。



王洪俊

从锅炉房到大排档

因父母当年支援西部建设,王洪俊出生在青海省都兰县,童年时期在青海、四川、衢州三地辗转。或许是这跨越山海的成长经历,在他骨子里埋下敢闯敢拼的种子。13岁那年,王洪俊跟随父母回到衢州定居。

初中毕业后,王洪俊进入棉纺厂当锅炉工。在那个改革浪潮奔涌的年代,王洪俊是个时髦青年,穿着当时流行的喇叭裤,烫着卷发,还弹得一手好吉他,也憧憬着不一样的美好人生。

1993年,二十多岁的王洪俊做出了一个大胆的决定——停薪留职,和朋友合伙创办拉链厂。“年轻没经验,最后资金链断裂,亏了二十多万元。”王洪俊说,创业失败后,他回到棉纺厂继续上班,可负债累累的他,仅靠微薄的工资根本不行。

或许是因为母亲做得一手好川菜,王洪俊从小耳濡目染,烧菜也很好吃。平日里亲友相聚、朋友聚餐,即使在别人家里,掌勺做饭的也是他。“看到大家吃得开心,夸我做的菜好吃,我就很有

成就感。”王洪俊笑着说,那时一位朋友提醒他,“你菜烧得这么好,干嘛不去试着摆个摊?”

说干就干!1995年,王洪俊就在马路边摆起了大排档。刚开始摆摊条件艰苦,门板架在长凳上,就是操作台;一口铁锅、一只煤气灶,几张桌椅,就是全部家当。使用的是生菜油,必须提前熬熟去除异味。“那时候做餐饮的人少,市区人口集中,生意好得很。”王洪俊回忆,但赚的也是辛苦钱,从下午经营到凌晨是常态,有时候环卫工人天亮来扫地了,他才收摊。

摆摊的岁月里,他也慢慢结识了衢州老一辈餐饮师傅,学习做饭的门道——比如烧糖醋菜不放味精,寒性食材要加入姜末,火候怎样拿捏等。这些看似琐碎的经验,日后成了他安身立命的根基。

慢慢地,小小的摊位已接纳不了红火的生意,他先在荷花东区租下一间门面,后来又搬到杨家巷开店。杨家巷时期生意最红火的时候,一天要做三十多桌菜,他一个人掌勺,两名帮手切配菜品。“那年头食材都是应季时鲜菜,店里菜品不多,十几个家常菜为主。”王洪俊说,主要考验的是怎么统筹上菜顺序,让客人不必久等。

改良工艺搞创新菜

在小老王饭店里有道招牌菜叫酸辣鱿鱼——刚出锅的酸辣鱿鱼盛入盘中,茨汁浓亮,鱿鱼片微微卷曲,热气裹着酸辣味直往上蹿。

这是王洪俊多年前从成都学来的菜,他结合衢州菜特色调整烧制工艺,加厚茨汁,做成浓郁版本,端上桌时鱿鱼片裹着一层亮晶晶的酱汁,入口弹嫩,酸辣开胃。“南湖菜场的鱿鱼供应商跟我说,因为这道菜火爆,切鱿鱼都切得手指

发胀了。”王洪俊说,这些年他从外地学来不少菜,都是衢州原本没有的。

1998年,王洪俊去江西朋友家做客,吃到一道鸭掌炖田螺。他尝了一口,脑子里立刻开始转:这个味道,衢州人一定喜欢。回到衢州,他买回食材,在自家厨房里反复试做。田螺要吐净泥沙,鸭掌要卤到软糯脱骨,辣度要调到衢州人习惯的鲜辣而非干辣。试了十几次,终于定下配方。这道“田螺鸭掌”端上餐桌时,衢州本地餐馆还没有这道菜。“我算是第一个把它带到衢州的。”王洪俊说。

“我喜欢钻研,在外面吃到好吃的菜,回来就买食材试做,结合本地口味改良。”王洪俊说,他的改良有一个原则,不丢掉衢州人习惯的鲜辣底色。“主要用新鲜本地辣椒提味,而不是干辣椒堆上去。”说起做菜的门道,王洪俊似乎有说不完的话,比如,卤兔头鸭头应该只放辣椒段,带卤汤,撒葱花,吃的是复合香味,而不是只有辣。卤菜讲究三分卤、七分泡。晚上卤好,捞出来泡在卤汤里过夜,味道才能渗透进去。

2024年,受柯城区政府邀约,王洪俊入驻“长三角第一辣街”开店。许多跟他认识二三十年的老顾客,也都赶来这边吃饭。比如,市人民医院不少医护人员是他的老顾客,手术室加班也会微信联系他点菜,让他配好菜直接送过去。“有些是去了外地的老顾客,每次回来都要来吃一顿。”王洪俊说,他们吃的不是菜,是记忆里的衢州味。

用心留住老味道

在王洪俊的店里,有一道老顾客们心照不宣的“隐藏款”菜品——羊尾巴。这道菜制作工序十分烦琐:猪板油不能像普通肥肉那样直接切,要切碎揉搓,放入冰箱冷冻定型;白糖加水熬制糖霜,火

候必须精准把控,要炒出一层白色糖霜均匀包裹食材外表。“现在年轻厨师大多掌握不了熬糖霜的手艺。”王洪俊说,原料不贵,但手工成本极高,“这是个衢州传统名菜,但现在市面上很少见到了。”

王洪俊对“老衢州菜”有自己的理解。“传统鲜辣用新鲜本地辣椒提味,干辣椒是近些年受江西、湖南、云南菜系影响才大量使用的。”他说,若大勺辣椒直接下料,只剩辣味,就会掩盖食材本身的风味。

除了守住老手艺,王洪俊的目光还投向了更远的地方——探寻老衢州菜的渊源。“老衢州菜与山东鲁菜是有渊源的,”王洪俊说,比如“葱花肉”这道菜,衢州的做法和山东曲阜那边的做法非常相近,“只是我们衢州版本的尖头切得更大一些。”

餐饮也是经济的晴雨表。遇到生意不景气的年份,为了不辞退跟随多年的老员工,王洪俊采取分班轮休、调整

薪资的方式压缩成本,尽量维持团队。这些年,他也带过不少徒弟,最长的徒弟跟了他26年。时至今日,每年正月初三、初四,不少徒弟还会上门拜年,在他家烧一桌菜聚一聚。

如今,王洪俊一方面守住菜肴品质,教年轻徒弟把传统手艺保留下来,稳住老衢州传统菜品,维系好老顾客;另一方面也期待可以联合行业内懂理论的老师傅,挖掘衢州菜历史渊源,尝试和鲁菜做融合创新,开发特色菜品。“更希望辣街可以得到专业运营,把本地鲜辣餐饮名片更好地推广出去,吸引更多游客。”王洪俊说。

三十年前,他在马路边支起门板摆摊炒菜;三十年后,他继续在餐饮这个行业里坚守着,还用AI探究怎么做菜。锅里的菜换了一茬又一茬,食客来了一拨又一拨,而那些关于衢州菜的老味道与渊源,他还在用心守着,也还在用力寻着。



王洪俊在烹饪衢州菜。

吕艳平：

从瑜伽到桨板 人生无需设限

记者 徐佩

9月25日傍晚,夕阳为信安湖披上金辉,一叶桨板悄然划破平静的水面,59岁的吕艳平身着醒目的红色救生衣,手持船桨,从东岸破浪而来。“趁这几天天气不错,在张骞恺比赛前加紧练习。”她缓缓靠近岸边,向记者解释了一句,随即又转身,重新划向湖心。不远处,另一叶桨板也稳稳地跟了上来,在水面上划出两道并行的涟漪。

吕艳平有着多重身份,她是瑜伽教练、桨板瑜伽推广者,也是桨板运动教练、水域救援志愿者……就在这个夏天,她参与“野能游”防溺水自护讲解,作为教练陪孩子们辗转多地参加桨板比赛。闲下来的时间,她在水里搏浪,在湖面追风,在泳池畅游,用最自在的方式尽情撒欢。



吕艳平

带着桨板少年冲刺

训练一直持续到天黑。远处,书院大桥的轮廓在灯光中愈显柔和,桥影横卧水面。就在这片静谧之中,湖面上回荡着吕艳平的喊声:“桨人水太深了,板一直在抖!稳一点!”声音利落,带着不容马虎的严肃。

雨水沾湿短发,吕艳平把刘海往后扎成小髻,露出光洁的额头。泳衣外面套着救生衣,划水时手部肌肉线条隐隐可见,整个人透着一种紧绷的张力,与59岁的年龄毫不相称。

两个多月前,学员张骞恺获得了2026全国桨板U系列赛(常熟站)U12组别个人赛冠军。吕艳平介绍,当晚的加练,瞄准的是200米冲刺项目。两叶桨板一遍遍地在空中起航,完成一轮又一轮的200米、100米计时冲刺,直到湖面吞没最后一缕天光。

就在不久前的一天傍晚,一场大雨突袭,路面湿滑。在去信安湖的路上,

吕艳平骑着电动车,一个不稳连人带车摔倒在地,膝盖磕破了皮。到了湖边,她只是简单处理了一下伤口,便套上救生衣,若无其事地划入湖中。

熟悉吕艳平的人都知道,这点磕碰对她来说实在算不上什么。长年与水为伴,游泳、划桨、瑜伽,运动场上磕磕碰碰是家常便饭,膝盖上的旧疤叠着新伤,她从不会放在心上。

近几年国内青少年桨板赛事悄然兴起,除了张骞恺,吕艳平还带着几个从零起步的学员,从最基础的划水、平衡一点点抠起。“去年夏天刚接手时,他们站在桨板上都战战兢兢,现在你看,都能在水面上自如转向了。”她笑着说。她带出的U9、U12组小队员,陆续在各类比赛中崭露头角,有的拿了名次,有的站上了领奖台。

家乡的好水更值得奔赴

指尖拨回到2017年,彼时,身为瑜伽教练的吕艳平在上海参加培训,第一次看到桨板瑜伽时,她眼前一亮:“国内当时几乎没有成规模的桨板瑜伽队伍,年轻女孩子怕晒不愿尝试,但我不怕。”

桨板瑜伽比陆地瑜伽难得多。它不仅要求体式标准,更要求练习者会游泳、不惧水,甚至在风浪中保持专注与平衡。“桨板在水面上晃动,需要调动不同的肌群去控制自己的体式,对核心力量和平衡力的要求极高。”吕艳平说,越是难,她越痴迷。

经过刻苦训练,吕艳平加入了桨板瑜伽团队,随队辗转全国各地水上运动赛事,在展演中一次次与水面磨合,对这项运动的爱也越来越深。但在外面跑得多了,她心里总有个疙瘩放不下

——“我们当时训练的地方,水甚至是臭的。”她皱起眉头,“衢州的水那么好,为什么不回来呢?”

2019年,吕艳平把桨板瑜伽带回了家乡。起初并不容易——这项运动在衢州几乎没人了解,光“要会游泳”这一条就劝退了不少人,更别说在晃动的板上完成体式了。她没有急着招人,而是从自己瑜伽课堂的学员中普及,公益课一开就是整整一年。慢慢地,有人愿意尝试了,有人坚持下来了,一支本地团队就这样从无到有拉了起来。乌溪江、衢江、常山江……澄澈的水域上,越来越多的身影在桨板上完成一个又一个体式。

这支团队还多次受邀亮相国际及全国水上赛事开幕式表演,在全国和省级桨板瑜伽赛事中斩获多项荣誉,成为衢州水上运动的一张亮眼名片。

那段时间,除了常规的瑜伽课,吕艳平几乎每天都泡在水里——有时顺流漂动,有时锚定桨板,在起伏的水面上反复打磨每一个体式。在衢州的好山好水间,她像一条终于游回故乡的鱼,舒展、自在、不知疲倦。

“安全永远是第一位的”

对瑜伽的热爱让她站上了桨板,而让这块板在她生命中占据如此分量的,是一场惊心动魄的救援。

回到家乡后,吕艳平加入了衢江区红十字应急救援队,成为预备队员。她随队参加过多场水上救援,也走进学校、社区开展防溺水宣讲。即便日常桨板瑜伽训练,她也总在桨板上绑着多余的救生衣和“跟屁虫”,随时准备为可能出现的险情伸出手。

2019年7月的一个傍晚,吕艳平在孙姜大桥下老鹰潭水域结束练习,正往岸边划,远远看见一家三口仅抱着一个救生圈在水里扑腾。“水很深,他们踩不到底,孩子在大哭,大人也慌了。”她回忆道,当时她也很紧张,拼命用手划水,但速度太慢,心急如焚。终于靠近时,她迅速让会游泳的爸爸推着救生圈和孩子往岸边游,只要游十多米就能踩到底。然后她让那位妈妈双手扒着板尾,她自己用手慢慢把桨板往回划。

但那不到一百米的距离,她划了近二十分钟。“对方太慌乱了,一直在尖叫,板子晃得厉害,我几乎控制不住。”吕艳平回忆,等终于上岸后,她在岸边坐了很久,浑身发软,整个人像被掏空了一样。

“为什么会这么慢?我的救援方式到底对不对?”那次之后,她下定决

心,必须系统学习专业的桨板救援。几天后,吕艳平参加了救援队组织的桨板救援培训,这才意识到当初的救援方式风险极大。“装备和技术都重要,如果方法不对,可能救不了人,还搭上自己。”

如今,每天清晨6点,吕艳平准时下水,雷打不动地划行3公里。信安湖的每一个水湾、每一处暗流,她都烂熟于心。冬天有人下水抽筋、初学桨板者不慎落水——她都曾用专业手法将对方从险境中拉回来。“现在再碰到险情,心里有底了,不慌了。”

而对于每一个初次站上桨板的人,吕艳平教的第一件事从来都是“落水了该怎么自救”。这个夏天,她参与了12场“野能游”防溺水自护培训,让爱玩水

的孩子们拥有身处险境时自救的本领。“安全永远是第一位的!”她说。



吕艳平参加桨板瑜伽展演。

本版图片均由受访者提供