



# 茂名市首届“高凉菜大师”评选总决赛十强选手专访

## 赖冠天: 用最普通食材烹出“幸福味道”



赖冠天与他的“金汤小米浸脆肉罗非”。  
茂名日报社全媒体记者 黎雄 摄

茂名晚报讯 顺利晋级茂名市首届“高凉菜大师”评选总决赛十强的赖冠天,自1990年踏上厨师之路,迄今已有30余年了。

据介绍,十几岁的赖冠天在1990年就进入茂名市西餐厅海鲜楼开始从事烹饪工作。那时的他很年轻,对一切的新鲜事物都充满了好奇,也被各式各样的烹饪技术以及文化所吸引。1991年,他赴深圳海霸渔港野味海鲜酒家从事茶市点心工作,认真了解学习茶市点心文化。三年时间的磨砺,已掌握一技之长的赖冠天再度出发,在1994年转到东莞湴村广彩城酒店任中餐炒锅师傅,用五年的时间去学习和传承中餐文化。1999年,他回到了茂名,用多年在外所学的知识带回家乡,用自己的创新厨艺去传承烹饪文化。他先后在龙门大饭店、益盛食庄、新天地大酒店、鑫源酒店、渔民新村茂名店、威利国际酒店等大、中型餐饮企业任中厨主要职位或总厨,现任化州星河国际假日酒店行政总厨。

赖冠天曾荣获广东省“粤菜师傅”工程茂名大赛一等奖,被评为“粤菜师傅”茂名十大名师,获奖菜式“百香果焗海虾”还被评为茂名十大名菜,至今仍然在茂名地区各大酒楼畅销,广受好评。

“其实这一路走来很不容易,年轻的时候就多想出去见识一下,结果却发现外面饮食文化、烹饪技术都与自己平时所学的不同,所以我秉着谦虚的态度,向一些前辈请教,后来,我发现家乡也开始发展饮食文化,便再度回归,用多年所学,去传承创新家乡的饮食文化。”赖冠天在接受采访时说。

而在此次“高凉菜大师”评选复赛中,赖冠天以一道“金汤小米浸脆肉罗非”脱颖而出。他结合茂名得天独厚的罗非鱼食材,用创新的烹饪方法来浇灌这鲜美的罗非鱼,用简单的高粱小米,把最淳朴的米香融入到每一片鱼肉当中。虽然其中没有珍贵的食材,但是却用平凡的食材,创新了奇特的美味。

如何用最普通的食材,用最独特的烹饪技巧,变成最美味的菜品?这一直都是赖冠天所致力研究的,因为美食就是一种幸福,而这种幸福并不需要雍容华贵的奢侈,只需要简简单单的用心烹饪,就会给大家带来美味。“传承高凉菜文化是历史赋予我们的重要使命,我会继续坚持做高凉菜师傅,并不断提升自己,将高凉菜文化和工匠精神发扬光大。”赖冠天说。

(茂名日报社全媒体记者李华锦)

## 梁国民: 历尽千帆归来 仍怀赤子之心



梁国民与他制作的“菜头焖鱼块”。  
茂名日报社全媒体记者 黎雄 摄

茂名晚报讯 “因为当时家里穷,吃不饱饭,听说做厨师有好多好吃的还能拿高工资。”成功晋级由茂名市嘉豪轩食品有限公司总冠名的市首届“高凉菜大师”评选总决赛的大厨梁国民,在谈到自己初入行时的想法这样说。

那时,农村出来的梁国民,刚进入厨房时看什么都觉得新鲜,什么活他都愿意干,备料、打荷、洗碗、打扫卫生等等,他不喊苦,也不觉得累,所以厨房里的师傅们都喜欢他,也愿意教他厨艺。

如今,早已独当一面多年的梁国民,每每想起当时的情景,内心依旧充满感动。他说:“每个师傅都对我非常好,有一次我忙完自己部门的活了,就过去鲍鱼房帮忙,完了,师傅把一碗多出来的燕窝给我吃,我开心了一天。”

路有风雨,亦有星光。2002年,

在东莞樟木头花园酒店,梁国民在准备120桌宴席的烤乳猪时一刀砍到两个手指,到现在中指都还少了一半指甲。但梁国民不以为意,也不曾想过放弃,他觉得做厨师受伤是经常的事。

对梁国民来说,学厨的路上,真正的困难不是受伤,而是学做菜。其中令他成长最大的一道菜便是高凉名菜“盐焗手撕鸡”。他说,想学这道菜是比较难的,因为师傅是独立在一个小房间操作的,制作的过程中任何人都不能看。经过梁国民的努力,慢慢地师傅才肯教给他。而这道菜至今都是他们海港集团的招牌菜之一。

也许正是梁国民勤劳的品质,扎实的基本功以及对厨道的一片赤子之心,打动了杨光敏(“中国鲍鱼王子”麦广帆的弟子)。杨光敏不仅收他为弟子倾囊相授,还将弘扬高凉菜的思想烙在了他心头。因此梁国民厨艺日渐精进,心头的责任也日渐沉淀。

在看到茂名市首届“高凉菜大师”评选活动时,梁国民意识到弘扬高凉菜文化的机会来了。“我本人就是茂名人,高凉菜系是我们茂名的菜系,必须要为家乡的菜系尽自己一点微薄之力;难得有机会所以我要好好把握,也可以将我从事20多年的厨艺发扬下去。”梁国民说。

对于总决赛,梁国民直言,就算不夺冠他也不遗憾,因为在比赛的过程中他认识到了不同地方的高凉菜师傅,他们厨艺精湛,对厨道也有独到思考。他也因此知道了,有很多的人跟他一样,都在努力传承推广高凉菜文化,所以即使不能夺冠他也无憾。“也许,这就是举办‘高凉菜大师’评选活动的意义吧。”梁国民说。

(茂名日报社全媒体记者李红莲)

保护自然  
用爱心呵护每一片绿色

爱我茂名  
茂名市文明办 宣