

“故事里的茂名”第十一期昨开讲 200多名读者共“品”高凉美食和文化



▲现场观众踊跃提问。

◀嘉宾和现场观众分享高凉菜的故事。
茂名日报社全媒体记者 梁天 摄



扫一扫看视频

茂名晚报讯 食在广东，鲜在茂名。昨天，由中共茂名市委宣传部、茂名市文化广电旅游体育局主办，茂名市图书馆和茂名日报社承办的文化栏目“故事里的茂名”第十一期——舌尖上的高凉好菜在市图书馆热烈举行，活动由新华社现场云全程直播，两位嘉宾与现场200多名读者，以及线上超过6万人次一起分享高凉菜的文化与故事，探寻“高凉味”的历史渊源。

高凉菜：山海入味，不时不食

“高凉”一词最早出现在西汉时期，因汉武帝元鼎六年（公元前111年）设高凉县而得名，至今已有2000多年的历史。”一开场，中共茂名市委党校统战理论教研室主任兼高凉菜文化研究中心主任，茂名市首批社科智库专家郭柳纤对高凉菜的历史渊源娓娓道来。“高凉菜，是指以茂名为地理中心的古高凉所辖或者文化辐射范围的粤西特有地方风味菜，其食材、菜式或小吃的门类与特点是特色鲜明而自成体系的，食材山海入味、菜肴美味鲜香、小吃品味俱全。高凉菜既有粤西民俗的鲜明底色，又有博采众长的兼容并蓄，保持着不断变革创新的文化特质，形成了粤西特有的‘山海入味、南北交融、鲜香一体’的高凉饮食文化传承。”

“高凉菜的特点是清、鲜、香、嫩，选料鲜活，工艺独特，追求原汁原味。”茂名市高级技工学校粤菜烹饪教研组组长、中国烹饪大师、高凉菜大师陈万成介绍了高凉菜与广府菜、潮州菜、客家菜的不同之处，比如说扣肉，高凉菜与广府、潮州、客家的质量要求不一样，广府、潮州、客家的是用筷子能将肉夹断，而高凉的是有嚼劲，香味浓郁；又如用水产类原料烹制甜味菜品，在我国这么多菜系中，没有一个菜系用水产类原料烹制甜味菜品，只有高凉菜有，如姜酒糖焗蟹、姜酒糖焗虾

菇等菜品。

高凉菜在茂名各地百花齐放

“由于茂名各地的地理环境、人文风俗有所差异，各个地方形成了各有特色的菜品。”颇有研究的陈万成一介绍各地高凉菜特色。

电白区有着丰富的海产品、禽畜类原料及蔬果类食材，水东芥菜是中国国家地理标志产品，电白沉香采集加工的历史传统而悠久，在沉香种植园内放养的鸡，肉质紧实有嚼劲，烹制菜肴时加入沉香碎，香味十足。

化州用化橘红烹制菜肴，也是一大亮点，如用化橘红切丝来蒸鱼，去腥味更佳。用化橘红片来炖汤，香味清纯，饮后苦尽甘来，是难得的好食材。还有化州糖水享誉珠三角。

信宜的三华李用来炒猪大肠、焖扣肉等是非常可口的高凉菜肴。还有怀乡鸡，曾经上个世纪80年代代表粤西出征广州参赛，获得殊荣流传至今。

提到高州，人们最流连忘返的是荔枝、龙眼，让人惊喜的是用荔枝、龙眼做食材烹制菜肴，如“荔枝宴”菜品，如：妃子媚笑（荔枝炒牛肉）、白肉藏珍（荔枝虾球）、姿色醉人（荔枝沙律龙虾）、五谷丰登（荔枝炒杂粮），受到群众广泛关注和好评。

讲到茂南，不能不提罗非鱼，罗非鱼肉色洁白、肉质细嫩，味道鲜美，刺少、无肌间刺，可塑性强，素有“白肉三文鱼”之称。陈万成曾在2022年茂名首届“高凉菜大师”评选中用罗非鱼做主料，烹制了一道酸酸甜甜的菜肴《冰镇咕嚕罗非鱼》，荣获第一名的好成绩。

“小吃是一个地区不可或缺的重要特色，更是游子思念家乡的主要对象。茂名小吃也蕴藏着当地独特的历史文化、风土人情。”郭柳纤紧接着分享了茂名糍以及“食惯嘴”的民俗故事，读者听得津津有味，对高

凉菜、高凉小吃有了更深刻的了解和认识。

活动现场，茂名市高级技工学校提供了三种特色高凉小吃：荔枝酥、艾团、橘红果冻给现场观众品尝，观众品尝后啧啧称赞，表示既美味又有特色。

积极打造高凉菜符号IP

针对如何更好打造高凉菜这个符号IP，郭柳纤认为首先要加强顶层设计，如加强品牌培育和知识产权保护，鼓励发明创造，发展海外市场；建立统一规范的美食档案和数据库，制作“茂名旅游美食地图”，打造“高凉菜美食文化之旅”等。二是要完善产业链，从源头保障餐饮食品品质、特色和安全，打造“高凉菜系”农产品全产业链标准化项目。三是加强宣传推广，挖掘、培育一批知名老字号，培养本土特色的乡村直播带货人。四是强化人才支撑，实施高凉菜厨师培养计划，培育一批行业领军人物。

陈万成说，近年来，茂名市高级技工学校积极发挥省级粤菜师傅培训基地的资源优势，赋能乡村振兴，助力“百千万工程”，培养了很多优秀的“粤菜师傅”。作为高凉菜大师，他将尽全力培养更多的学生学习烹饪高凉菜，让学生把高凉菜带到全国各地，更好传承和发展高凉菜。

记者了解到，“故事里的茂名”目前已经举行了好心文化、石化文化、荔枝文化、疍家文化等十期主题访谈，本期“舌尖上的高凉好菜”活动预告发出半天时间便吸引了200多名读者报名参与。活动现场气氛热烈，提问环节更是非常踊跃，观众对高凉美食文化的传承发展，以及罗非鱼烹调方法、荔枝入菜秘方、橘红果冻的制作技巧进行了提问，大家对高凉美食这个话题意犹未尽，并表示很期待主办方下一期的活动主题。

（茂名日报社全媒体记者 陈珍珠）

广东省粤西水产协会与市农副产品加工产业协会会员欢聚一堂 共商行业发展大计

茂名晚报讯 记者梁奈 1月20日，广东省粤西水产协会与茂名市农副产品加工产业协会会员欢聚一堂，共商行业发展大计。市政协副主席杨培基出席活动。

茂名晚报记者了解到，近年来，广东省粤西水产协会以及茂名市农副产品加工产业协会在湛茂阳三地市委、市政府的坚强领导下，带领全体会员企业积极应对风险、深挖行业潜力、全力开拓市场、加快品牌建设，进一步擦亮了“中国对虾之都”“中国金鲳鱼之都”“中国罗非鱼之都”“中国水产预制菜之都”等国字号金漆招牌，有效推动粤西水产行业高质量发展，促进了粤西地区经济效益和社会效益。

当天，两大协会会员共聚一堂，为行业发展出谋划策。两大协会表示，新的一年，将继续本着“道同、利共、心通、共荣”的发展理念，进一步增强会员企业之间的凝聚力和向心力，通过寻求行业利益共同点，共同为行业高质量发展添砖加瓦。

杨培基指出，如今，茂名举全力打造“五棵树一条鱼一桌菜”品牌，这需要各行各业共同努力。希望企业家积极响应市委、市政府的号召，致力发展，反哺桑梓，共同为行业的发展添砖加瓦；两大协会要不断加强自身建设，凝心聚力，抱团发展，在茂名这片热土上创造新的辉煌事业，大力促进行业高质量发展。

小良镇开展冬季森林防火宣传

茂名晚报讯 通讯员梁少红 赖晓玲 记者张永坚 火灾是森林最危险的敌人，也是林业最可怕的灾害。为了增强未成年人的森林防火、生态保护和安全意识，做好森林防火宣传教育工作，近日，电白区小良镇未保办在小良中学组织开展了冬季森林防火宣传教育活动。

活动中，班主任通过播放森林防火视频，并以真实案例向学生们科普，讲解了森林火灾的危害性。未保办工作人员还用通俗易懂的语言给学生们讲解了森林防火的重要意义、科学扑救森林火灾、自防自救等安全避险常识。现场生动有趣的授课让学生们听得聚精会神，现场气氛热烈，营造了森林防火知识人人爱学的浓厚氛围。

经过这次宣传教育活动，学生们纷纷表示：自己在日常生活中要树立防火意识，做到在野外林间不用火，不玩火。发现火情及时报告，还要带动身边的人注意用火安全。

下一步，小良镇未保办将持续开展未成年人保护活动，强化社会关爱保护未成年人的共同责任，促进未成年人健康成长。