

# 餐厅“现炒菜”为何成卖点？ 关于预制菜，我们想知道这些

国庆期间，预制菜再次成为消费热点话题。一些外出就餐的市民发现，有餐厅已将“现炒”当作卖点宣传。经过实地走访和专家访谈，我们找出核心的四个问题，希望能揭开预制菜的真实面目。



超市里的半成品菜柜台

## 究竟什么是预制菜？ 即食、即热、即烹、即配都是

节日期间，超市和批发市场人头攒动。肉类、果蔬、水产、熟食……柜台前挤满了消费者。

在一些冷藏柜里，记者看到了预制菜。比较家常的有糖醋里脊、水煮肉片、鱼香肉丝，也有较为复杂的，比如毛血旺、剁椒鱼头。另外，还有更高档的，写着“会所专用”的佛跳墙、花椒鸡。这些预制菜，定价从十几元到五六百元不等。

除了这些明确打着预制菜招牌的产品，还有哪些属于预制菜？

根据中国烹饪协会牵头，多家餐饮企业、研究所共同起草的团体标准《预制菜产品规范》，预制菜是指——以一种或多种食材为主要原料，配以或不配以辅料和调味品（含食品添加剂），经洗、切、搭配等加工或炒、炸、烤、煮、蒸等技法烹调后制成的即食、即热、即烹、即配菜肴或主食。

即食，指已完成杀菌熟制，能直接入口，开封后可直接食用的产品，比如熟食、罐头等。

即热，指经过简单复热即可食用的产品，比如自嗨锅等。

即烹，指已完成对主要原料的一定加工过程，配以或不配以辅料，进行烹调后可食用的产品，比如速冻饺子。

即配，指经过清洗、分切等简单加工，配以或不配以辅料加工而成的产品，比如分切包装好的净菜。

可见，预制菜所涵盖的菜肴或主食非常丰富，一些我们以前经常食用的菜肴，也能归到预制菜中。

名厨张燕军告诉记者：“中餐里其实早就有预制菜的手法，我们过年会提前蒸制好的馒头、包子，提前炸好的排叉，都能划到预制菜的范畴内。”但这些预制菜，消费者熟识又了解。消费者不了解、经常讨论、容易质疑的，是开头那些五花八门的预制菜料理包。

“我觉得不能混为一谈，现蒸的馒头、现做的月饼，是什么味、是什么成分大家心知肚明，也都知道放不了几天就长毛了。但是预制菜料理包，配料表一大堆东西，保质期一年，普通消费者看不明白。”

## 餐厅用预制菜，消费者能知道吗？ 知情权还没落到实处

商场里，餐饮楼层总是生意最火爆的。服务员站到店门前，拿着菜单向消费者推销。记者看了一遍，又问了一圈，发现还没有餐馆会主动把预制菜标注在菜单上。有餐馆服务员直接否认采用预制

菜，但他们品牌的预制菜却在网络上销售，甚至强调，“与门店同款”。有些餐馆还参与了预制菜团体标准的起草。

有饺子馆介绍，店里的饺子都是现包的，但是有些汤锅类的菜肴，却不能免辣，因为那是中央厨房制作好配送的。有湘菜馆说，店里大部分菜都是现炒的，只有小部分面点是预制菜。有泰国餐馆特意强调，出菜时间稍慢，因为全部现炒。还有的饭店，直接把“现炒”打在显眼位置的广告上。

消费者呼吁的知情权，目前还没落到实处。如果餐馆将预制菜明确标注，消费者就可以根据需求来选择。

“消费者进饭店，是为了什么？仅仅为了生存所需要的热量，那可以忽视口味，选择预制菜也能达到目的。如果是为了追求美食，追求中餐的魅力，那必然不能忽视口味。我不反对预制菜，但使用预制菜和现场制作，对味蕾来说，是不一样的体验。”

张燕军说，现实经营中，因为成本、后厨规范标准等因素，很多餐馆不得不使用预制菜。他打了个比方，预制菜就好像现在演艺圈的“整容脸”，很容易千篇一律。而现场烹饪，就更像天然脸，每一个餐馆、每一个厨子，都不一样。一道宫保鸡丁，预制菜出品稳定，缺了特色。现炒，是鲜活而跳跃的口感。“我觉得最终市场会给出选择。不介意预制菜的消费者，和希望品尝到现炒菜肴的消费者，会走进不同的门店。这也是为什么，现在有些餐馆开始以现炒为宣传卖点。”

## 市面上的预制菜有标准吗？ 一份宫保鸡丁，有三份“面孔”

在某大型超市，专门设置的半成品菜区域，近20种预制菜摆在货架上，其中多个菜品已售卖一空。“5分钟一道菜”“分分钟一桌菜”等宣传语凸显出预制菜方便快捷的特点。不同品类的菜都摆在预制菜区域，但细看菜品执行标准也各有特点。

即使是同一种预制菜菜品，所使用的生产执行标准也不一样。以家常菜宫保鸡丁为例，在一家商超货架上，产品标准号为SB/T 10648；而在另一家超市推销的预制菜包装上，执行标准为QB/T 5471；而在某买菜平台上，一品牌宫保鸡丁的产品标准号又为SB/T 10379。经过查询发现，“SB/T 10648”为冷藏调制食品行业标准，“QB/T 5471”为方便菜肴行业标准，而“SB/T 10379”为速冻调制食品行业标准。也就是说，一份宫保鸡丁，有三份“面孔”。

事实上，行业标准只是当前预制菜领域采用的标准之一。有数据显示，截至2022年11月底，全国共有预制菜标准69项，包括地方标准、团体标准、企业标准等，尚缺乏国家标准。也有数据显示，截至今年5月，全国预制菜标准数量约120项。其

中，包括南宁、保定、重庆等地方标准共8项，预制菜团体标准77项（多是单样预制菜标准），预制菜企业标准35项。

中国农业大学食品科学与营养工程学院副教授朱毅认为，目前市场上预制菜所使用的生产执行标准数不胜数。然而，这些标准大多都是“换个名字原地打转，没有往前更进一步。”高标准才能催生出高品质的预制菜。她认为，国家应针对预制菜出台一些强制标准，但在目前市场良莠不齐的情况下，当务之急是鼓励企业、行业和地方，用更高标准去要求自己。“当预制菜行业进入良性有序健康的发展轨道，国家标准才能更快、更好地出台。”

## 预制菜能保证安全营养吗？ 市场需要“三好”的预制菜

“买预制菜就是图方便，至于其他没有想太多。”一名经常选购预制菜的市民表示，自己当然希望预制菜能够安全营养，但现实是很多时候包装信息都“看不懂”。与此同时，也有市民认为，预制菜使用的添加剂首先应该更规范，“每一种添加了多少含量，应该写出来。”

记者对比一些预制菜品标签看到，会标注出配料表、营养成分、保质期、执行标准等信息，有的产品，还标注了过敏原信息。在菜品的配料表中，诸如着色剂、防腐剂、增稠剂、食品添加剂、酸度调节剂等字眼，并不鲜见。一些菜品添加的元素，不易让普通人看懂，比如羟丙基二淀粉磷酸酯、焦磷酸二氢二钠、三聚磷酸钠等。

一份宫保鸡丁，肉包中就包含食品添加剂、复配水分保持剂、复配酸度调节剂和食品用香料等。具体来看，包括乙酰化双淀粉己二酸酯、三聚磷酸钠、六偏磷酸钠、海藻酸钠等。

朱毅表示，公众和市场需要好吃、好做、好营养的“三好”预制菜。当前公众对于预制菜最担心的一个焦点，是食品添加剂问题，“谈添色变”。预制菜企业和行业应该明白，添加剂应当审慎添加，“能不加就不加，能少加绝不多加。”同时，需要“清洁”标签，当前预制菜配料表太复杂，要让消费者看得懂。比如，某预制菜中具体有什么原料、能量、蛋白质、脂肪、膳食纤维等含量多少，“建议以一份为单位标注，而不是每100克含多少，让大家做换算题”。营养标签也不能缺少。

朱毅建议消费者，选购预制菜时，要仔细阅读配料表等信息，追求安全、营养可以主要参考钠离子含量，“钠离子含量越低，越选它”，要对商品、企业“用脚投票”。预制菜行业要规范健康有序发展，真正达到“三好”，未来要在建立和出台更高标准的基础上，逐步建立起预制菜统一的标准体系、认证体系、追溯体系等有效监管机制。

据北京日报客户端