

## 突破传统格局 引领时尚潮流 花半里火锅也能吃出文艺范儿

在达州琳琅满目的美食中，热辣红艳的火锅是众多“好吃嘴”的心头爱。无论是炎炎夏日还是凛冽冬季，都难挡达州人对于火锅的“深情”。2016年5月，一家店名为文艺的火锅店——花半里小资火锅横空出世，并在行业竞争激烈的火锅市场迅速站稳了脚跟，拥有了一大批铁杆粉丝。这家火锅有何与众不同？为何一经开业便引起了达州火锅界的轰动，花半里火锅有着自己的一套独门妙招。



### 花开半里 品出味道境界

“风中问柳影千重，梦里寻香花半里”花开半里，是为最盛极的模样，花香四溢，经久不衰不败，永远保持蓬勃向上，生机盎然的姿态。这是花半里小资火锅名字的由来，也是龚涛和他的团队一直秉持的企业文化的精髓所在。

“花半里三个字中包含的积极向上的生活态度，是我们追求的精神境界。”龚涛认为，优秀的餐饮人，会培养整个团队保持乐观的心态对待工作，充满干劲，不抱怨，为顾客带来最为贴心的服务享受。

### 引领潮流 突破传统格局

2016年5月，花半里小资火锅落地翠屏路，短短数月，便打响了品牌。主打森系小资风格的咖啡厅式就餐环境，不同于传统火锅店的朴素，带给人更多的是一种高贵与精致感。“请客或者聚餐，特有范儿。”对菜品的打造，龚涛另辟蹊径，将中餐摆盘融入到火锅中，选用独具特色的餐具和摆盘技艺，使原本略显单调的菜品华丽变身，绽放出菜品精致美观的造型艺术。

花半里火锅率先对于菜品摆盘革新和环境打造的举措，突破了传统的火锅格局，吸引了来自全国各地近千名同行前来学习观摩，引领了火锅业变革的时尚潮流。“可以说我们在全国火锅领域，走在了最前沿。”龚涛对此十分自豪。

革新不是一成不变的，花半里小资火锅结合市场情况，不断提档升级，推陈出新，摆盘造型随着四季而变化，春夏秋冬造型各异。在食材上，花半里精心甄选，推出了普吉岛柠檬虾、雪花尚品牛肉、九尺鲜鹅肠、极品芭莎鱼片、脆脆肉等众多匠心独运的特色菜。特别是雪花尚品牛肉，一头牛身上仅能分割出两份的量，极为珍贵。经过红油的涮烫，牛肉入口细嫩爽滑，肥而不腻。

为了使顾客点菜有更多选择，花半里推出了各种类型的组合套餐，如一盘四种牛肉的混

搭、菇类与蔬菜组合等，即使情侣或三五闺蜜小聚也能品味多种美食而不致造成浪费。一系列充满人性化的创新，让花半里火锅更加深入人心。2018年，主打轻奢风格的花半里西外店应运而生，法式浪漫风格再次惊艳达州，凭借着“花半里”的精致口碑，与翠屏路店花开并蒂，香飘达州。

### 打造4D厨房 保障食品安全

为了打破餐企厨房大门紧闭，谢绝入内的传统模式，花半里小资火锅率先垂范，打造4D食品安全管理体系，明厨亮灶主动接受大众检查和监督。2017年11月，“4D厨房”顺利通过验收，为我市火锅餐饮企业树立了样板，为打造广大消费者心中的“放心厨房”开创了节能降耗、告别脏乱差的全新模式。

“我们的火锅底料是不加任何添加剂的，一直坚持健康至上、返璞归真的理念，将食品安全放在首位，让顾客吃得放心，吃得健康永远是餐饮行业的宗旨。”在龚涛看来，保障食品安全，不仅是花半里的责任，更是所有餐饮人共同的责任。将注重食品安全理念辐射开来，让整个行业一起行动，才是促进整个餐饮行业良性发展的最佳方式。

### 社会担当 热心公益事业

去年6.1塔沱市场火灾，花半里轻奢火锅作为我市首家参与到救灾的爱心企业，西外店停业四天，主动为消防官兵提供住处和三餐饮食，此举引发了众多餐饮企业纷纷伸出援手，加入到爱心队伍中。多年以来，龚涛一直践行慈善公益事业，带领整个花半里团队多次开展慰问交警、环卫工人，捐资助贫等社会公益活动，积极传递社会正能量，赢得社会各界好评。

花半里小资火锅：0818-2635888

地址：翠屏路至大东街交口

花半里轻奢火锅：0818-2977888

地址：西外好一新对面香榭国际商辅

□张海涵

## 巴河流水蒸鱼 烙上巴河印记的河鲜美味

乘一叶扁舟，迎着朝阳，撑桨徜徉在清澈的巴河流水中，身着蓑衣的渔人，抛撒下网，期待着大河带来的馈赠……从小在巴河边长大的渔家人易云博一家，对款款流淌的大江大河有着特殊的情感。对他们来说，打渔、吃鱼的技能和习惯已经融入血液之中。祖辈传下来的生活习惯，造就了易云博对河鲜有着一套独特的烹饪秘诀。2005年，易云博一家将巴河流水蒸鱼这项独门手艺从桥湾带到了达州，也带来了刻上深深巴河印记的河鲜美味。

### 从3张桌子做起 特色源自巴河水

2005年，巴河流水蒸鱼在通川区武装部附近开业。这家由母亲掌厨、父亲帮厨、儿子经营，且只有3张桌子的小店面不似其他装修豪华、服务员众多的酒楼，显得有些朴素寒酸。然而就是这么一家不起眼的小河鲜店，凭借一道特色菜品巴河蒸鱼，打开了达城河鲜市场，使得门庭若市，等待吃鱼的人排起长龙。

“因为我们的鱼都是从巴河里打捞出来的野生鱼，鱼的品质很好，没有泥腥味，所以口感较于普通的鱼更加鲜嫩，而且营养价值更高。”易云博说，巴河的水未受到污染，水质干净优良，得天独厚的自然条件成就了鱼的品质。

“那时忙得不可开交，为了及时出菜都顾不上客人，导致很多顾客都是自己去厨房端鱼。”易云博回忆，因为桌子不够，还有不少客人自己带着桌椅板凳来店里吃蒸鱼，让他十分开心和感动。

渐渐地，越来越多的食客慕名来到他的小店品尝河鲜，其美味与品质口口相传，巴河流水蒸鱼这个带有浓厚地域色彩的品牌被更多的人知道，并在达城河鲜餐饮行业站稳了脚跟。

### 从吃好到吃健康 注重菜品品质打造

有了良好的口碑作为支撑，2015年9月，巴河流水蒸鱼乔迁西外山语城，扩张店面，继续坚持以巴河野生鱼为主打，以吃营养吃健康为理念，开始走中高端品质消费。

易云博说，最初巴河流水蒸鱼的原材料是鲤鱼，但随着人们生活水平的提高，市民对于吃有了更高的要求，已经不仅仅限于吃好吃特色，更多的是想要吃营养吃健康。于是易云博想到了对水质要求极高、只在巴河里生长的岩鲤巴，肉嫩、稀少、营养是这种鱼的特点，用来制作蒸鱼再好不过。

岩鲤巴蒸鱼、蒜瓣烧鲢鱼、酸辣水煮鱼、黄辣丁豆腐汤、鱼头手工面片汤……蒸

烧煮煲，一道道用野生鱼烹饪出的菜品大碗盛上，香气四溢。蒜瓣烧鲢鱼，鲢鱼肥美的肉质在蒜香中更为凸显；酸辣水煮鱼，酸辣丁豆腐汤，肉嫩汤浓，营养十足；鱼头手工面片汤，劲道适口，作为一餐河鲜宴的餐后主食再合适不过。特别是用只在巴河中生长的稀有鱼——岩鲤巴作为原材料烹制的特色蒸鱼，轻咬一口，肉质软嫩香甜，细细咀嚼后，粉子的辣和鱼肉本身的鲜甜完美融合，在舌尖迸发开来，鲜香麻辣回味无穷。

为了保证蒸鱼鲜美香嫩的口感以及营养成分不流失，巴河流水蒸鱼的蒸制时间需要精确到秒数。“因为火大，再加上鱼的种类不同，所以对于时间的掌控极为关键，多几秒少几秒都会影响蒸鱼最终出来的口感和营养。”谈到做鱼，易云博如数家珍。

“我们从小都是在巴河边长大的，靠山吃山，靠水吃水。巴河流水蒸鱼能有今天，离不开爸妈的手艺支持，更离不开巴河水带给我们的馈赠。”85后小哥哥易云博虽年轻，做事却十分实在，在他的心中，踏实做人，踏实做菜，踏实经商，才是站稳达州河鲜餐饮行业市场的经营之道。

地址：西外白塔路滨江山语城小区38号门市（派瑞酒店正对面）。

电话 0818-2181816 15882923389

□张海涵



岩鲤巴

## 春节聚餐多 讲营养还要兼顾味道

春节，亲朋好友相聚，一起外出吃顿饭是常事。面对一桌宴席，如何点菜才能兼顾营养、美味、健康呢？这其中学问！

比例。

### 主食：尽量提早上

宴席中多是吃过了大鱼大肉后才考虑是否上主食，这样既不利于蛋白质的利用，又会给身体带来负担，还不利于控制血脂。建议在两三道热菜后，提早上主食。需注意的是，少点酥类小吃，多选择些粗杂粮。

主食推荐：“农家乐”类的粗粮薯类组合。

### 饮料：最好低能量

酒水饮料在宴席上必不可少，且多数含有糖或酒精，这些都会增加热量，不利于肥胖和慢性病的预防。可选择不含能量的饮料，如白开水、茶水、花果茶（如菊花茶）、炒粮食茶（如大麦茶）。它们既能补充水分，又不会带来额外的热量。

健康聚餐小贴士：

- 1.荤素搭配，三份素菜一份荤菜；
- 2.少吃红烧、过油、水煮、油炸、煎、焗等用油过多的菜肴，它们可都是“藏油大户”，容易导致热量超标；
- 3.多点一些清淡口味的，如清炖、煲汤、凉拌、清炒的菜肴；
- 4.主食尽量选择粗杂粮、薯类；
- 5.限量饮酒，少喝饮料。（本报综合）

## 欢聚一堂共谋发展 通川区餐饮协会成员



本报讯 1月15日，通川区餐饮协会在榭山庄园举办了2019年新年团拜会，协会60余家餐企近百名人员参加。会上回顾了协会去年开展活动取得的丰硕成果，表彰了先进会员单位，会员探讨今年发展方向，相互交流借鉴经验。

协会会长符波在致辞中表示，自去年9月成立通川区餐饮协会以来，协会组织实施“文明餐桌”活动效果明显，邀请业界专家讲授税法知识。“虽然成立时间不久，但协会会员之间良性竞争、协力发展的态势很好，尤其组团到浙江舟山参加‘舟鲜入达，川味入舟’培训，对提档升级辖区行业帮助很大。”符波说。

符波告诉记者，在餐饮美食全

球化的趋势中，如何保障本地餐饮业经得住时代洪流的考验，是所有成员企业都在思考的问题。想要更好地发展就要知道各地潮流美食方向，综合各成员的意见，协会决定今年将以“内塑筋骨，外学技艺”为指导方针展开多项专属活动。

另外在19年，本地餐饮企业之间将会开展深度的座谈交流和“菜品服务大比武”活动，让会员企业正视各自的短板，学习他人优点，取长补短，携手进步。协会将组织会员去各个地市州学习当地的风土人情与特色餐饮，激发自身的创新力与融合力，并邀请国内餐饮实操专家来达州传授经验。

（本报记者 杨蕙菱）