

做好米味道，讲出米故事 田间餐厅尝出米的“千滋百味”



用亲手熬制的猪油与菜油将菜肉炒熟，米中还需加入酱油。焖煮30分钟后开盖，一锅红亮鲜香的“米阿婆”菜饭就出炉了。土灶菜饭是上海特色美食，也是东夏村“荡里·有米”餐厅的“滋味担当”。



除了土灶菜饭，餐厅还研究出许多大米新吃法。由大米酿制的碳酸饮料大米汽水、由大米为原料的甜点茶饮……一次性品尝到大米的“千滋百味”。



以有米餐厅为起点，浦江之首·有米产业社区应运而生，有米农场、田心米茶铺、一叙咖啡馆等项目纷至沓来。伴随着年轻创客的到来和“农二代”回乡，曾经的老人村热闹了起来。在这里，他们正携手一同创造有温度的新乡村。

淘米、切肉、洗菜……在松江石湖荡镇东夏村，有一座二层的田间小楼，灶头间内“米阿婆”正忙着准备烧菜饭的食材。土灶菜饭是上海特色美食，也是东夏村“荡里·有米”餐厅的“滋味担当”。

“米阿婆”就是东夏村的阿婆，阿婆们烧了几十年菜饭，对菜饭有自己的诀窍经验。松江大米、田头青菜、腌制咸肉是一碗好菜饭的标配，用亲手熬制的猪油与菜油将菜肉炒熟，米中还需加入酱油。焖煮30分钟后开盖，一锅红亮鲜香的“米阿婆”菜饭就出炉了。油润的米饭混着肉菜，趁热吃一口，唇齿留香。土灶特有的锅巴是菜饭精髓，口感酥脆，米香浓厚。为打造出原汁原味的农家味道，餐厅的土灶也是由村中老师傅砌成，并绘制了传统灶画。

正如餐厅的名字，“荡里·有米”是一家以米为特色的农家菜馆。松江自古是江南著名的鱼米之乡，松江大米以品质优闻名，被评为中国国家地理标志保护产品，多次获全国金奖，米粒饱满、大小均匀、晶莹剔透、清香可口的松江大米也为菜饭注入灵魂。

除了土灶菜饭，餐厅还研究出许多大米新吃法。由大米酿制的碳酸饮料大米汽水，喝起来清爽怡人，有米酒的味道但不含酒精。到餐厅斜对面的有米茶点逛逛，会发现更多大米为原料的甜点茶饮，其中米奶茶是新晋网红饮品，以米浆、茶叶和牛奶为基底，其中加入了薏米爆珠，口感丰富，还有米布丁、米蛋糕等甜点。在点餐前，可以带一杯米奶茶或者一块蛋糕到餐厅，一次性品尝大米的“千滋百味”。

工作日的中午，仍有许多食客在店内用餐，有从市区来吃一顿正宗本地菜的游客，也有附近不想做饭、全家聚餐的村民。餐厅按照时令鲜更换菜单，蔬菜从门前屋后的田中采摘或向村民直接购买，河鲜则来自当地新鲜打捞。

推广本地优质农产品，介绍“有米道”的松江本地菜，是餐厅主理人陈健的初心。2019年，作为东夏村人，陈健放弃市区的工作回乡创业，决心将松江大米作为主角推向全国。以东夏村的乡村振兴规划为契机，陈健与思尔腾茸城团队合作，推出大米汽水、米露、米酒

等大米衍生产品，融合米文化、农耕文化、浦江之首水文化，设计荡里·有米“米宝”IP，打造田心·有礼产供销一体化平台，带动大米销售，让村民获得更多收益。

以有米餐厅为起点，浦江之首·有米产业社区应运而生，有米农场、田心米茶铺、一叙咖啡馆等项目纷至沓来。伴随着年轻创客的到来和“农二代”回乡，曾经的老人村热闹了起来。老村民以开放的态度迎接新村民的加入，当餐厅寻找松江米糕手艺人时，村民沈爷爷热情邀请陈健及团队到家中参与米糕制作，每个步骤都细心指导。多种业态的落地生根，也让村民们有了更多在家门口就业的机会，餐厅的厨师陈师傅表示现在每天步行上班，收入也很可观，“米阿婆”们从家中烧饭到餐厅烧饭让更多人尝到好手艺。

在“荡里·有米”餐厅一楼大堂，一直挂着一组新老村民在稻田中的合影，他们朝夕相处，交流磨合，真正成了一家人。在这里，他们正携手一同创造有温度的新乡村。



(扫码观看视频)



文字：见习记者 张孜怡
摄影：见习记者 王金秀
视频：记者 刘晴晓 见习记者 王金秀
版面设计：赵惟杰