



春节临近，预制菜年夜饭销售火爆，但口感差、同质化、不安全等问题
仍需消费者注意——

预制菜，能否让年夜饭更香？

本报记者 李昕也

1

预制菜的“前世今生”

预制菜，又称半成品菜，就是预先制作出来的菜品，以农、畜、禽、水产为原料，配以各种辅料，在中央厨房经过预加工（搅拌、腌制、分切、调味等）而成。菜品采取冷冻或真空包装保存，只需要加热或简单烹饪即能食用。按深加工程度与食用方便性分为即食、即热、即烹、即配四类。

如果说方便面、速冻水饺是预制食品的1.0版本，自热小火锅是2.0版本，那么现在的预制菜则是3.0版本。菜品更加丰富，一般就是洗干净、处理好的半成品，买来后自己动手炒制或加热，省去了买菜、处理的时间。

其实，预制菜并非新鲜事物。早在上个世纪80年代，预制菜就和料理包一起风靡日本。近两年，越来越多的预制菜走上大众餐桌，成为消费者的“新宠”。

46岁的王玲告诉记者，在她的印象中，一些实体店餐饮企业几年前就已经做“半成品”年夜饭了。“不知道为什么今年大家都改名叫预制菜了，不过现在的菜品更丰富，消费者的选择更多样化，不像以前只有卤味或者四喜丸子。”

2

预制菜“拯救”年轻人

“想要仪式感还‘懒得动’。”这是32岁的宋雨诺准备年夜饭的纠结之处。她告诉记者：“做一顿丰盛的年夜饭得提前两天准备，感觉‘做饭用两天，吃饭半小时’。想简单做吧，又怕没有过年的仪式感。”正在这时，宋雨诺从某电商平台看到了“预制菜年夜饭”，苦恼的问题迎刃而解。

“我网购了某知名预制菜品牌的一个年夜饭礼盒，有干菜焖肉、黑椒牛柳、清炒虾仁、八宝饭、叫花鸡等十几道菜。”宋雨诺介绍，每道预制菜，克重基本在200克至300克之间，全程冷链运输。套餐原价400多元，现在优惠价280元，一个菜不到30元，感觉价位还是挺合适的。

市民赵先生选择预制菜年夜饭的原因也很实际。“我和爱人工作忙忙，农历二十八才会放假，真的不愿意再花时间折腾年夜饭了。”赵先生告诉记者，预制菜解决了他们过年做饭的问题。利用水煮、锅炒、

“过年了，想做几道‘硬菜’给家人，可自己厨艺又拿不出手，而且准备年夜饭的食材比较繁琐，预制菜解决了这些问题，价位比饭店还便宜。”市民宋雨诺定制了预制菜，正在为即将到来的年夜饭做准备。

最近一段时间，传统餐饮企业纷纷推出各具特色的预制菜年夜饭，将佛跳墙、花胶鸡、油焖海虾、红烧丸子等南北菜品的“半成品”，从饭店摆到了家家户户的餐桌上。



资料图

微波炉加热等方式，花二三十分钟就能准备一桌菜，确实很方便。

“还有重要的一点是，我和爱人厨艺很一般，预制菜能让一些难做的‘硬菜’走上家庭餐桌。”赵先生说。

总而言之，预制菜年夜饭，既互相成就了线上渠道与食品商家，还满足了部分年轻人对春节仪式感以及“懒得动”的双重需求。

3

预制菜销售火爆

菠萝鸡丁、鱼香肉丝、蒜苔扇贝、上汤娃娃菜、营养小炒、腰果虾仁、柠檬酸菜鱼……25日，在市区一家大型商超内，记者在冷藏专区看到了十六七种预制菜。

这些菜品被逐个打包在一次性餐盒里，用保鲜膜塑封好。每道菜品上面，都贴了烹饪方法的便签。因食材不同，价位从十几元至三十多元不等。

正在选购预制菜的刘女士告诉记者，自己曾在超市买过上汤娃娃菜的半成品。盒子里是切成丝的娃娃菜，处理干净的虾仁、木耳，还有1袋调料，回家一炒，感觉味道还不错。“自己这两天会集中采购一些，正好做年夜饭。”

相比实体店，线上平台推出的预制菜年夜饭品种更丰富。记者登录某电商平台，搜索“预制菜年夜饭”“年夜饭半成品”等关键词，发现近70个预制菜品牌。这些预制菜年夜饭多以套盒出售，菜品数量从8道至15道不等，价位在200元至800元之间。除了东坡红烧肉、宫保鸡丁、红烧狮子头等传统菜，还有粉丝扇贝、金汤酸菜鱼、糖醋小排等适合年轻人口味的菜品，

加热即食的佛跳墙更是成为今年年夜饭的“硬菜”。

记者看到某天猫店铺一款预制菜年夜饭礼盒，根据食材和数量不同，最便宜的礼盒为298元，最贵的为700多元，月销量累计超过1万笔。“物美价廉，年夜饭的首选”“一桌很丰富的年夜饭，既省去了自己采购时间，又品上了大师傅的手艺”“预制菜年夜饭省去了做饭的麻烦”……

一家旗舰店所售的佛跳墙，净含量1.25千克，售价138元，月销量已超4万笔。从评价区不难看出，很多消费者是回头客。有网友留言“已经买了年夜饭礼盒，还想把佛跳墙作为年夜饭的‘硬菜’”“年夜饭必备款”等。

据相关统计数据显示，2021年春节期间，天猫平台的预制菜年夜饭销量比上一年同比增长了16倍。中商产业研究院报告数据显示，如果按照每年20%的复合增长速度估算，未来6年至7年我国预制菜市场或将超万亿元规模，长期来看，我国预制菜行业规模有望实现3万亿元。

4

预制菜能“香”多久

尽管预制菜方便、快捷，这两年挺火，但在一些人的心目中，预制菜仍然意味着“不够新鲜”“不好吃”。

张女士坦言，虽然线上预制菜品种丰富，但生产过程与卫生状况仍看不见、摸不着，还是有点不放心，自己更倾向于线下购买预制菜。“线上菜品多是肉菜或者冷冻食品，蔬菜类极少，食材的新鲜程度消费者并不了解。”

有业内人士指出，与其说预制菜的主要消费人群是年轻群体，倒不如说这种营销方式更年轻化。预制菜解决了不少年轻消费者的做饭问题，但在实际发展过程中，也暴露出很多问题。

首先是口感问题。再加热的口感无法与现炒的相比，而且不同区域的消费者在口味上也有所差异，这是预制菜不得不面对的挑战；其次，同质化的菜品多，这就很难满足消费者的饮食需求；最后，就是食品安全问题。因预制菜的特殊性，它在原料、储存、运输以及销售等过程中的每一个环节都存在风险，面临“健康化”的考验。

该业内人士说，商家只有解决好这三个“痛点”，预制菜才能让人吃得放心、舒心、称心，其市场规模才会不断壮大。

沧州晚报

分类广告



电话：0317-5590779
15694825900

房屋出租、出售，门市转让，求助、求职，招生，空调维修，旧物回收。

专业擦玻璃
整体厨卫保洁等

15133746700 18730710911

专业空调维修
移机 加氟 回收
15832799876

心理咨询服务

1、心理咨询
2、心理疏导
3、厌学叛逆
焦虑抑郁
社恐强迫
情感困扰、心理创伤
4、企事业单位群体分析疏导
(防疫一线人员、学校免费咨询)
沧州伍星健康咨询有限公司
电话：5203413/13582745913

沧州市民

文明公约

爱国爱党，拥军爱民；民族团结，维护安定；自由平等，遵纪守法；知荣明耻，崇尚礼。移风易俗，崇尚科学；勤俭节约，反对浪费；垃圾分类，保护环境；诚实守信，公平竞争。履职尽责，爱岗敬业；孝老爱亲，邻里和睦；尊师重教，热心公益；乐于助人，见义勇为；衣着得体，举止大方；讲究卫生，文明养宠；遵守秩序，安全出行；健康生活，弘扬新风。

沧州市文明办 宣