

伊尹养生宴：千年智慧 至味至道

聊城晚报 聊城十大文化宴席

文/图 徐闻杰 任国正 马珂欣

8月25日，莘县伊尹文化酒店的后厨灶火明灭，锅勺轻响，主厨闫学庆正带领团队为当天的“伊尹养生宴”做着最后的准备。这个被列入聊城市级非遗名录的宴席，正诉说着跨越3000年的饮食智慧。

提及“伊尹养生宴”，绕不开它的灵魂人物——伊尹。这位商朝初年的重臣，在出仕之前，曾在莘野（今莘亭一带）躬耕。而更让后人称奇的是，这位杰出的政治家和教育家，在中华烹饪史上同样拥有至高地位，被尊为“烹饪鼻祖”和“厨圣”。

“我们做这个宴席，压力很大，但也很自豪。”主厨闫学庆话语朴实而诚恳，“压力在于，我们是在传承一份几千年的智慧，不能走样；自豪在于，能让今天的人品尝到古人的饮食哲学。”他介绍，“伊尹养生宴”绝非简单的仿古，而是在严格遵循伊尹的饮食理念基础上进行研发和创新。

闫学庆特别强调对食材本性的尊重：“几千年前伊尹就总结出‘水居者腥，肉食者臊，草食者膻’，我们今天选材更要懂这个道理。”宴席的灵魂，在于实践伊尹《汤液经法》的食疗思想。“以甘养肉，以骨利窍，以咸养脉，以辛养筋，这些理念要融进菜里。难在既要滋补，又不能有药味。”

整桌“伊尹养生宴”结构严谨，分为大菜（主菜）、铃铛（创意菜）、座汤和饭菜，其精髓通过“治国宴”“美食宴”“养生宴”三大主题意境展现。

闫学庆介绍，压轴的“养生宴”核心是饮食自然，天人合一。“布袋乳鸽”包裹蒸制锁住营养，“白雪鳙片”清爽利口。而像“炙豚”“寿鱼乾坤”等，每道菜都让人吃得舒心，达到通体舒畅的“至尊”感，这是黄河流域饮食的智慧。

采访结束时，后厨的烟火氤氲不散，映照出闫学庆与团队在灶台间穿梭的身影。跨越3000年的饮食智慧，就在这一勺一铲的起落间，从沉寂的古籍苏醒，化为眼前这桌活色生香的养生盛宴。



伊尹养生宴



白雪鳙片



葶苈丸子



炙豚



鼎和



干果鲜果碟



伊尹文化酒店养生宴席专场