



林美均在做菜。

世界视野

走向世界的路，始于一个朴素的问题：中餐如何被世界理解？

2023年，台州市政协六届二次全会上，身为政协委员的林美均正式提交提案，倡议台州启动联合国教科文组织“世界美食之都”申报工作，成为该项工作的核心发起人之一。2025年，他再度推动此事，并受邀担任专班组顾问。

回顾近两年的推动历程，林美均坦言曾“走过一些弯路”。“最初我们以为，把菜烧好了就可以了。”他在接受采访时表示，“但后来逐渐意识到，美食之都的棋局远不止于菜品本身——人才梯队的培养、产业规划的顶层设计，乃至人类可持续发展的命题，才是真正的基石。”

这种认知的转变，让他从单纯的厨艺钻研转向更宏观的产业与文化思考，迈开了更大的步子。他注意到，中国饮食虽拥有食材丰富、包容性强、地域文化多元的天然优势，但走向国际时却面临显著的“标准化”困境。“西方厨房讲究精确到秒和克，而中餐常以‘少许’‘适量’调味，这种‘些许差异’正是灵魂所在，却也成为大规模复制的瓶颈。”林美均称。

一道深埋记忆的渔家菜——黄鱼土灶饭，就是林美均的标准化探索之一。6岁起随父亲出海的他，对船上柴油炉煮出的原始风味念念不忘：米饭快熟时放入黄鱼、酱油、盐和猪油，鲜香扑鼻。为了在都市餐厅重现这一滋味，他在上海“外滩·林家一”进行了一场“去主厨化”的试验。

“我们选用两条7至9两的黄鱼，一条熬作金汤，浸透米粒；另一条与饭同煮，共赴火候。”林美均详细介绍道，所有步骤都有明确的操作规范，不再依赖厨师个人的临场手感。

这一标准化流程推出后，深受食客欢迎，也为“林家一”品牌奠定了基础。他坚信，标准化不是对传统的背叛，而是让传统风味得以跨越地域、持续传承的舟楫。

林美均提出的“去主厨化”理念，并非否定主厨的个人创造力，而是在尊重主厨创新精神的基础上，推动中餐从“技艺依赖”转向“系统依赖”，从而催生可复制的行业标准。他认为，唯有如此，中餐才能从容应对国际游客、外事交流等日益增长的全球化需求。“走向国际化是必然趋势。”他强调，“我们需要用一种稳定而真诚的味觉语言，去讲述中国山海的故事。”

而最近，一个更为前沿的科学视角进入了他的研究范畴——口腔中的微生物组成可能通过多种机制影响个体对食物风味的感知，并与饮食偏好和习惯产生关联。这一发现，让他对“标准化”有了新的思考维度：真正的标准化，是否应当深入微生物层面的共性与差异？

林美均：

台州菜的世界征途

记者 赵云

日前，马来西亚吉隆坡，亚洲厨王争霸赛颁奖晚宴现场灯火璀璨。历史性的一刻在此定格——林家一品牌创始人、南派台州菜系开创者林美均，作为该项赛事首位来自中国的总裁判长，从容走上舞台。

“厨艺无国界，匠心无疆域。”致辞中，他将一方山海的饮食故事娓娓道来——从东海渔火的鲜活本味到和合文脉的深厚底蕴，从台州申创“世界美食之都”的征程到亚洲餐饮共生的愿景。

从温岭到亚洲舞台，从本土匠人到国际裁判长，林美均用这一“首位”身份，将台州的美食名片再一次递向世界。

南派之路

厨菜、闽南菜和平原菜等都装进了锅里。

“温岭的菜不是单一的好吃，而是‘山有山的清味、海有海的鲜味、田有田的本味、港有港的旺味’。山海一体、陆海共生、风光即风味，这就是独一无二的东海好望角美食体系。”林美均说。

然而100多年来，这种味觉体系始终散落民间——渔家船菜、乡厨宴席、时令小鲜，好吃却零散、无体系、无传承，犹如散落沙滩的珍珠，等待一个拾贝人。

林美均做了一件旁人看来“犯傻”的事——牵头组建团队，系统整理濒临失传的台州老菜谱，走遍石塘、箬山的老街旧巷，一勺一筷记录即将失传的烹饪技艺。

他做的三件事，奠定了南派台州菜的体系根基：一是抢救整理，让传统风味得以延续；二是标准化输出，建立标准，将零散的民间味道变成可延续的菜系；三是融合创新，在坚守传统的基础上吸收杭帮菜、徽菜乃至西餐的技法——天台的小狗午配闽南沙茶酱，山海相逢，碰撞出惊艳的火花。

什么是南派台州菜？林美均用7个字概括：一瓢清水一把盐。南派以林家一为代表，聚焦渔家本鲜与烟火宴席——不靠重调料压制食材，以“家烧”技法为核心，突出海鲜本鲜。家烧白鲢配手拧年糕、姜丝跳鱼捞面、国潮生呛红虾、黄鱼佛跳墙、鱼子酱低温黄鱼冻……一道道菜品从渔家船菜走向高端宴席。

他将南派台州菜的定位归结为三个字：活生生——“活”在对食材极致新鲜的追求，“活”在对火候以秒计算的精准拿捏，“活”在菜系自身的生命力。他提出“四化原则”：家烧菜精细化、融合菜口味化、高档菜平民化、特色菜标准化。

而最为难得的，是林美均的胸襟。他将所有菜谱在网上公布，欢迎其他餐馆免费使用。“任何菜谱，立足行业，成果公布出去，不要遮遮掩掩，发扬传承。”这句话背后，是一种超越个人利益的行业自觉。

他始终认为，南派台州菜不仅要“活”在本地，还要走向世界。



黄鱼土灶饭。

长远棋局

南派台州菜走向世界的征程，始于一个关键节点。2022年12月，米其林在上海正式发布“2023上海米其林指南”，“外滩·林家一”成为64家人选餐厅之一。这是南派台州菜首次跻身国际餐饮殿堂。

2026年，米其林指南首次在台州开榜，林家一旗下子品牌林家台菜（温岭横湖北路店）获评“米其林指南南人选餐厅”。米其林的星光，照亮的不仅是一家餐厅，更是一个菜系走向世界的起点。

米其林的认可只是起点。2025年7月，林美均随中国烹饪协会拜访联合国教科文组织巴黎总部，就中国饮食文化国际传播进行交流。同月，他在日内瓦世界知识产权总部举办中华美食招待会，台州美食首次亮相国际舞台。

2026年2月，台州非遗美食国际化传播进入高潮。巴黎联合国教科文组织总部春节庙会现场，林美均率团队烹制黄鱼焖土灶饭等经典菜品，总干事哈立德·埃纳尼亲临展台，为台州菜点赞。随后，团队亮相罗马联合国粮农组织总部。

林美均向世界推介的，从来不只是几道菜。他反复阐释的，是台州菜“山海和合”的核心特质。如今，台州诞生了中国获米其林星最多的餐饮品牌，涌现了林家一等代表性餐厅，台州美食IP曝光量已超10亿次。而

林美均的脚步没有停歇——培育具有国际视野的人才，选派本土厨师赴海外交流学习，引进国际餐饮专家参与台州菜创新。

申创的底气，落在扎实的产业基础上。林美均以林家一为阵地，将渔家菜从排档烟火打磨成有标准、有体系、有文化承载力的品牌体系。他牵头创办林家一烹饪产业学院，建立“以赛促教、以教促产”的人才培养体系，师生团队多次在全国烹饪邀请赛中斩获金奖；企业内部设立管培社，十年培养了200余名基层管理人才。

同时，他推动台州菜标准化建设，参与构建小吃标准、菜品规范与冷链溯源体系。作为南派满汉全席第四代传承人，他还推动国家级满汉全席非遗传承基地落户温岭，成为非遗美食落地台州的重点文化项目。

在林美均看来，温岭是台州申创美食之都最硬核、最不可替代的县域核心支撑。“温岭的特殊优势非常清晰，相比其他，温岭是东海风味的源头、时令海鲜的标杆、渔家宴席文化的母体。”他说，他在台州申报“世界美食之都”这件事上持续发力，搭框架、做对外宣传，他也希望更多的同行能参与进来，共同为台州菜、温岭味道定规矩、打品牌、扩名声。

林美均始终认为，申创世界美食之都具有三重价值：补齐台州宴席非遗文化短板，

（本版图片由受访者提供）



温岭市农产品
区域公用品牌



吼生声

虾，在温岭方言里音同“吼”



温岭 虾皮饼

12%

虾皮添加量



线下购买方式：王味和市区门店
蝶来三舍·日出
销售合作伙伴陆续招募中
联系方式：13758638852

广告