

汉方美食飘香沪上 湖南文旅联通世界

张 玲 文/图

7月3日,由湖南省文化和旅游厅、湖南省人民政府驻上海办事处、上海市文化和旅游局共同主办,湖南省博物馆承办的“湘当有味的马王堆”美食文化推广系列活动在上海举行。活动集中展示了一年多来马王堆美食文化推广取得的阶段性成果,使马王堆生活美学从文物典藏走进现代生活,成为连接湖南与上海、中国与世界的文化窗口。

基于马王堆出土文物,湖南已研发44道菜品种、52道小吃、6套完整宴席美食产品,开展12场主题品鉴,开发八大系列40余款文创产品,提交13件商标注册申请,创作出版26.8万字的马王堆美食图书,推出综艺节目、微短剧、纪录片等一系列视频内容,并联动中国入境旅游第一站城市上海,共同推出马王堆主题美食品鉴点和相关旅游线路。

文物“活”起来： 从博物馆收藏到大众餐桌

上世纪70年代发掘的马王堆汉墓震惊世界,从中出土的一件件精美漆器、一卷卷饮食竹简、一窖窖出土食材香料,鲜活勾勒出2000多年前厚重雅致的汉代饮食文明画卷。这些饮食类文物是湖南省博物馆馆藏文物中极具烟火气息的部分,它们所承载的不只是古人对味道的理解,更是一种关于生活、关于礼仪、关于养生的完整饮食文化。

2024年10月,湖南省委书记沈晓明提出:“饮食文化是马王堆的重要组成部分,应重视其保护、研究和利用。要在深入研究汉墓中出土的美食食谱的基础上,开发出普通百姓可及、可感、可品尝的‘马王堆美食’,将其作为文化与旅游结合样板予以推广。”

以马王堆汉墓出土文物及其所蕴含的饮食文化为核心IP,湖南系统梳理和展示湖湘饮食文化的历史渊源与当代价值,深耕马王堆饮食文化系统性活化工程。湖南省文化和旅游厅联动湖南省博物馆、本土头部餐饮企业、文创机构、影视平台协同发力,走出了一条“考古研究+餐饮创新+文创开发+全媒体传播”的融合路径,用多元立体的传播矩阵讲好马王堆美食故事,推动马王堆美食文化品牌化、市场化、国际化发展。

随着马王堆美食文化研发不断深入,沉睡在文物里的“汉代滋味”走上大众餐桌。此次在上海举办的“湘当有味的马王



“湘当有味的马王堆”美食文化推广活动成果发布会现场。

堆”美食文化推广成果发布会上,依托马王堆出土遗册与养生帛书研发的44道菜品种、52款小吃、6套完整宴席产品集中亮相。在“汉飨新绎·千年一味”马王堆汉方养生美食品鉴推广活动中,相关菜品循汉代炙、熬、濡、蒸、煎等古法八技,融合中医顺时配伍理念,将简牍帛书中的饮食智慧转化为可品鉴的当代美食。

从简牍帛书到餐桌珍馐,从博物馆藏品到大众品鉴,马王堆美食文化真正实现了“可及、可感、可品尝”,为文化遗产的活化利用探索了有益路径。

全链条贯通： 多元消费模式回应群众需求

研发推广马王堆美食文化,既是顺应群众高品质文旅消费需求、满足人民精神

文化生活的民生实践,更是传承中华优秀传统文化、推动文旅深度融合、培育文旅消费全新增长极的重要抓手。此次马王堆美食文化推广系列活动贯通了文物展示、美食品鉴、消费拉动和客源引流,构建了多元的消费模式,放大了文旅融合的综合效应。

此次赴沪,湖南还带去了依托马王堆出土文物开发的40余款文创产品,涵盖陶器、器具、生活、好物、潮玩、挂件、佳酿、茶饮八大系列。其中,温变杯取自T型帛画,注入热水,天界图景缓缓浮现,2000多年前帛画的神秘美学在温度中苏醒;烤串挂坠藏着汉代“炙肉”的烟火气,将2000多年前的滋味随身携带。

为了让更多人能够品尝马王堆汉方美食,湘沪两地同步设立了多个马王堆主题美食品鉴点。巡湘记餐厅、GAGA餐厅、凤凰湘语餐厅、世博桐森酒店、德庭创想艺术

空间上海五大品牌近百家门店,以及湖南宾馆、华天大酒店、君悦酒店、冰火楼、客串出品等湖南餐饮企业同步上线马王堆主题餐品。以上海品鉴活动为入口,引导大家赴湖南开启美食溯源之旅,让历史风味从书本走向餐桌,从博物馆走向人间烟火。

成果发布会上还同步推出马王堆美食文化溯源之旅线路。在上海,推出“汉韵申江·时光漫游”“梦回软侯·苏河雅集”等游船产品和6条陆上精选线路。在湖南,策划7条深度游线路及5个“展加游”产品,串联湖南省博物馆、文旅小镇、特色餐饮街区、非遗工坊等多元场景,实现文博观光、美食品鉴、休闲购物的有机融合,形成从上海出发、直达湖湘的文化体验链条。

搭建国际展台： 奋力打造入境旅游第二站

7月3日,“千金之家——马王堆汉墓的生活美学及养成”国宝艺术大展在上海中华艺术宫开幕。展览汇聚众多汉代国宝文物,以全新叙事视角、沉浸式展陈方式,将考古证物转化为鲜活的美学现场,为观众解锁西汉时期的生活美学与精神世界。

本次大展以“千金之家”为核心主题,创新打造“纹样之眼”“器用之序”“天人之思”三大核心篇章,实现从观看历史到“沉浸式体悟文化”的体验升级。展览配套“利先生的政务厅”“辛追夫人的更衣室”“辛追夫人的厨房”等专题体验区,以及医药AI问诊、熏香互动等区域,构建沉浸式文化体验现场。在沉浸式数字展厅“千金一日”,观众还可以看见辛追夫人宴饮、赏乐等日常生活轨迹,感受鲜活而完整的汉代生活方式。

这次展览让观众从马王堆汉墓出土文物中看到汉代人的生活方式、生活美学和生命哲学,并将其与现代人追求的生活美学与健康养生紧密联系起来。这种贴近当代人民生活的文旅表达受到上海市民和游客的欢迎。在络绎不绝的参观人群中,还有很多外国观众的面孔。

湖南省文化和旅游厅党组成员、副厅长龚铁军表示,此次马王堆美食文化推广系列活动走进上海,旨在依托上海作为中国入境旅游第一站城市的窗口效应和流量优势,让汉代饮食瑰宝走出湖南、走向世界,以美食为纽带实现文化互鉴,持续提升湖南文旅品牌的国际影响力和市场转化力,为推动湖南入境旅游高质量发展提供有力支撑,奋力打造入境旅游第二站。

用贴近生活的文旅表达 实现文化遗产的多重价值

萧 湘

“湘当有味的马王堆”美食文化推广系列活动近日在上海举办,主题国宝大展、成果发布会和马王堆汉方养生美食品鉴推广等一系列动作,使马王堆汉墓出土文物所承载的汉代美食文化和生活美学走进沪上。

这场风潮让沉睡的文化遗产“活”在了当下,增进了人们对中华优秀传统文化的认同感,在中国入境旅游首站城市擦亮了极具辨识度的湖南文旅品牌,也深刻反映出湖南提炼、解读、输出马王堆文化IP背后的审美价值、文化价值和经济价值。

以生活美学重构文物叙事。马王堆汉墓出土文物所呈现的西汉生活美学以及极具东方审美意韵的精神追求,对当代都市人群仍然有所启示,当代观众对探究汉代生活方式有着迫切愿望,在上海中华艺术宫展出的“千金之家——马王堆汉墓的生活美学及养成”国宝艺术大展正是抓住了这一点。此次展览区别于传统博物馆展览,通过创新的策展理念和时尚的展陈布置,用更加轻松的当代表达方式全面展示汉代的生活美学、生命哲学和宇宙观。通过辛追夫人的“更衣室”“厨房”“健身房”等专题体验区和“千金一日”沉浸式数字展厅,观众得以看见鲜活而完整的汉代生活图景,并对当下的生活美学产生启发。

中华优秀传统文化实现当代传承。中华文明灿烂悠久并不断承继、创新和发展。震惊世界的马王堆汉墓考古发掘,成就了一张闪亮的湖湘历史文化名片。通过深耕马王堆饮食文化系统性活化工程,湖南不断提炼马王堆美食文化IP,并通过系列研发成果和推广活动,面向国内外进行全新解读。从史料考据、古法复原,到反复调试适配现代口味的菜品研发,马王堆美食文化从2000多年前的软侯家宴里走出来,端上当代百姓的餐桌,真正实现了“可及、可感、可品尝”。这种从“文物”到“生活”的落地,正是马王堆美食文化IP最厚重的文化价值。

文商旅融合构建全新消费生态。简牍帛书中的饮食智慧转化为可品鉴的当代美食,在沪湘两地的餐厅上架;多条马王堆美食文化溯源之旅线路满足“在上海看展,到湖南溯源”的旅游需求;依托马王堆汉墓出土文物开发的文创产品让2000多年前的时尚“翻红”。在上海这座中国入境旅游首站城市,马王堆美食文化IP进一步放大、进一步鲜明,并辐射全球。

从塑造品牌、研发成果到传播推广,湖南对马王堆美食文化IP的全链条、成体系的活化实践,自始至终都指向一个朴素的目标:把沉睡的文化遗产唤醒,用更贴近当代人生活的文旅表达,满足人民日益增长的美好生活需要和高品质文旅消费需求。



上海巡湘记餐厅推出辛追夫人家宴套餐。



成果发布会上推介图书《辛追夫人的家宴》。张玲摄

马王堆美食文化推广成果展示

源自千年汉方的“漂亮饭”

当下,很多年轻人热衷于享用外观精致、色彩丰富、拍照成片的高颜值餐食,并将其取名为“漂亮饭”。“漂亮饭”除了用来吃,还成为年轻人之间流行的“社交货币”。基于马王堆汉墓出土的饮食类文物研发的菜品、小吃等,遵循汉代古法技艺,融合中医养生理念,色、香、味俱全,可谓名副其实的“漂亮饭”。

马王堆主题美食的44道菜品种:1.楚豉鱼香 2.猪肉裹羊珍 3.养生牛白羹 4.生煎仔鸡 5.豉蒸鳊鱼 6.玉藕连珍羹 7.古法豉汁牛肉饭 8.豉汁焖鸭 9.汉养四神羹 10.豆豉香脯 11.汉煨肝片 12.韭花煨猪肘 13.芋米猪排羹 14.铜锅炆笋 15.古法杂粮肚羹 16.雪花牛肉炆银丝 17.荷香糯米鸡 18.香蒸湖鸭 19.黄焖药膳鸡 20.汉养青蔬羹 21.碧玉炆凤腊 22.煨椒黄金鸡 23.汉椒清韵鱼 24.珍菌煨牛筋 25.古坛梅香肉 26.亚麻籽脆皮鸡 27.溪涧五味鲜 28.湘辣海陆鲜 29.椒香焗河鲤 30.酥醃卤牛肉 31.酱香牛杂煨 32.山胡椒汤灼牛肉片 33.金汤芙蓉鱼片 34.韭花煨羊排 35.炙烤湘中黑牛排、鸡汁糯米笋 36.鹌鹑蛋米酒 37.小雪四脯 38.鲫鱼藕片芹菜汤 39.卵鸡 40.羊羔烩人参萝卜 41.醪糟炙牛肉裹木耳 42.板栗蒸子鸡 43.豆豉煎鱼唇 44.小肉丸芋艿萝卜苗

马王堆主题美食的52道小吃:1.粟米甜糕 2.环饼(古法枣汁馓子) 3.香煎酒糟饼 4.香酥双味 5.楚米香圈 6.金桂香丸 7.酒香米糕 8.金酥玉糍 9.层酥牛肉炙 10.焗金薯 11.韭香生炙盒 12.莲子枣泥黍米糕 13.雪藕凝珠 14.金酥玉糍 15.黑芝麻柠檬糕 16.炙胡饼 17.五谷丰登 18.稻米粉蒸糕 19.红枣莲子羹 20.古法牛炙 21.古法牛乘炙 22.烤牛黄喉 23.山胡椒牛腩肉 24.牛脂串 25.羊炙 26.烤猪五花 27.烤猪肉脯 28.烤羊排 29.烤羊肋肉 30.炙鸡 31.烤鸡块 32.炙鲍 33.烤猪肝 34.拌烤炙 35.烤鸭串 36.石香脆皮鸡 37.串烤鲫鱼 38.鱼片炙 39.煎鱼炙 40.金银肚菌盅 41.鹌鹑蛋炙 42.牛肋炙 43.椒盐牛舌炙 44.炙银鲱鱼 45.烤猪肝 46.卤烤鸡翅炙 47.双酥蟬蛹炙 48.梅香叉烧炙 49.山胡椒百叶炙 50.千年米酿 51.藜灰烤山羊 52.烤青莲

此外,湖南围绕马王堆美食文化研发了6套完整宴席菜品,围绕二十四节气打造了12场主题品鉴,并提交13件商标注册申请,覆盖144个商品类目,梳理35道核心菜品配方、烹饪工艺保密要点,制定完整的商业秘密保护方案。



菜品

小吃



金桂香丸



粟米甜糕



烤青莲

(图片除署名外,均由湖南省文化和旅游厅提供)