



奖章背后的故事

提起于晓波，那是京城餐饮界响当当的人物。作为鲁菜老字号同和居饭庄的行政总厨，他凭借过硬的技艺，获得国务院特殊专家津贴，被评为“中国烹饪大师”，还是北京市劳动模范，以及餐饮界屈指可数的国家级评委。从一名打杂的起步，成长为单位上至经理，下至备菜员口中的“于大师”，大家真心钦佩的“镇店名厨”，他有什么“过人”之处呢？

“过人”之一：不惜力炒“三不沾”搅动五六百下

于晓波是北京人，1972年进入餐饮业。刚进来时，他在后厨打杂，烧过火，收拾菜，每天不到七点就爬起来。冬天没亮，他就顶着路灯出发，早早来到单位，生好9个灶，再吭哧吭哧打扫卫生，大厨八点半到来，看到厨房已经干干净净，心里自然畅快，很快就记住了这个新来的小伙子。

鲁菜大师宋进义看中他勤快又聪明，就带着一起干。“师傅有5个徒弟，最钟爱我，看见我就眉开眼笑，对我毫无保留。有一段时间我想改学其他手艺，师傅死活不同意，还上家里去劝说，硬是把我留在这行，真的特别感谢他。”他很好学，对师傅教的技艺细心钻研，一遍遍复习，由浅入深。他跟着师傅13年，加上自己的不断领悟，学到了一身好本事。

能坐上同和居的第一把交椅，于晓波有几大“厉害”之处，一是他干活勤奋不惜力。同和居的镇店名菜“三不沾”看似制作不难，就是炒鸡蛋黄，可在业内人士眼中，没有三五年都学不好。这道菜的原料包括土鸡蛋黄、白糖、水淀粉、油，用土鸡蛋，一是因为营养丰富，而且土鸡蛋的鸡蛋颜色很正，炒出来很漂亮。

每盘用10个土鸡蛋，把食材搅拌均匀，炒制五六百下，锅不离火，火不离锅，厨师的双手要不停地动，一手放油，一手炒，讲究的是用手腕上的力，因为停下来或不使劲就会糊了。他从来不投机取巧，每次都搅动到位，因

- 制作名菜“三不沾” 一盘菜搅动五六百下
- 虽已官升副经理职 却从没想过离开一线
- 成名升职从未忘本 婉拒高薪不离老东家
- 他就是同和居饭庄行政总厨、北京市劳动模范——

于晓波

仁义名厨琢磨出百道创新菜

□本报记者 任洁文/摄



为长时间动作，他的胳膊练得非常有力，整个后厨的人掰腕子，他数一数二。

“过人”之二：爱动脑 牵头增加135道新菜

于晓波特别爱琢磨，喜欢创新，提倡在继承中不断发展鲁菜。“三不沾”的主要原料是鸡蛋黄，过去制作器具有限，蛋黄里总会沾上些许蛋清，成品不够纯粹。他想到用细工具过滤掉蛋

清，让成品金黄透亮，色泽诱人。原来每个厨师用一把勺，制作“三不沾”和炒其他菜混着用，只是在每做一道菜时冲一下勺；他当上行政总厨后，改为安排专人用专锅专勺制作“三不沾”，不沾别的菜品，这样做出来的“三不沾”更加地道、回味无穷。他还琢磨出给“三不沾”里加入穿心莲的做法，菜品颜色变成绿色，增加了清火的功效。2010年同和居投资2700万，对老店实行装修改造，把三层客

房改成包间，扩大营业面积；所有菜谱全部改进。

于晓波牵头，对每道菜进行研究，为此每天三四点钟就起床，一道一道过。好卖的留下，不好卖的改良，新增135道营养成分高的菜品，适当减少淀粉、油、糖的成分，还在老菜基础上使用新调料；实在不符合现代人健康标准或口味的干脆淘汰。像糟溜鳜鱼，以前是用油烫熟，现在烫完会过一遍水，减少油腻感。

他说：“食客老吃那几样菜该烦了，总要换换口味，饭庄就要常吃常新。”去年前5个月，饭庄又多了37道新菜；还增加母亲节送花、情人节送甜点玫瑰等项目，食客感到既新奇又体贴，回头率自然更高。原来中老年食客来得多，现在来吃饭的年轻人多了。

市场为这次改造给予了丰厚的回报：重张后一个月，营业额就达到300多万，比改造前多卖出3倍；第一年和第二年，营业额翻了二倍；第三年餐饮业普遍陷入低迷状态，但同和居的客流依然保持稳定，虽然菜价略有下调，但营业额反而比2011年增长25%。

“过人”之三：重仁义 出名后婉拒跳槽邀请

于晓波出名后，经常有人来挖角，但他从不为所动，“我们这行诱惑很多，但我和单位的感情太深了，老字号的大旗需要有人扛起来。”虽然已官升副经理职位，但他从没想过脱离辛苦的一线岗位，遇到有食客点他的菜，就乐呵呵地上灶开炒，软烹虾肉、葱烧海参等都是他的拿手菜。

俗话说：教会徒弟饿死师傅，但于晓波不信这个。他先后收了十几个徒弟，每周给他们上

课，对每个人都倾情传授。徒弟毛雅军在他的调教下，几年内就成长为单位骨干，“上课时，师傅与我们都站着，他不仅亲自指点，还经常自己做一遍，这样活灵活现的示范教学，让我们一看就明白了。”徒弟们即使出师了，他也会帮着寻找薄弱之处，乐意看到他们大显身手。他看着不过关的菜，不能出后厨。

他还帮着饭店招募高手，近几年饭店引进的几位大厨大多是他推荐的，如今糖艺、面点、果蔬雕刻、冷热菜等样样人才齐备，增强了后厨的实力。他自豪地说：“我们的技术储备，一般的大饭店都比不上。”

多年以来，于晓波习惯每天不到10点就来到单位，在后厨、雅间和大堂轮番巡视，他戏称为“走动式管理”，要求设施锃光瓦亮，碗盘光洁色干。有一次，他看到吞儿里有块口香糖，马上叫服务员清理干净，“咱们做的是人嘴买卖，卫生一定是最重要的。”每天晚上去厨房查看完，还嘱咐大家关水关电闸，原料入库，总是忙到21点以后才回家。一年365天，他早已适应这样的生活，节假日从不休息，不来店里，就会觉得缺少点什么。

对于普通员工，于晓波关怀备至：节日里食客翻倍，员工需要提前上班准备，有时大家来不及吃工作餐，泡碗面条凑合。他看见了，总是让厨房给每个人下一个鸡蛋，领导一时想不到的，他帮着想到前面。虽然早已功成名就，但他一直很谦逊：“我遇到了好领导，我们郭总非常开明，只要是能发展企业的点子，他都同意，对大家也很关照，这让我干活特别舒心。”

他在单位干了一辈子，早已把这里当成第二个家。总经理郭振声笑着说，“有于大师在，我特别踏实。”

首都工会人



丰台卢沟桥街道工会服务站副站长晏杰

准备职工联欢会忙得顾不上吃午饭

□本报记者 余翠平文/摄

“2月10日，丰台工会专职工作者工会成立了！我们专职工作者有了自己专门的家了！”丰台卢沟桥街道工会服务站副站长晏杰自豪地说。

从今年1月初，丰台工会专职工作者工会开始筹备，晏杰是筹备人员之一，这一个月，晏杰既要协助慰问辖区困难职工和劳模，同时又要分身筹备专职工作者工会，并筹办专职工作者的联欢会，十分繁忙。

“我们筹备组有的写主持人串词，有的购买物品、小礼品，

还有的布置会场，我主要写联欢会方案，同时也帮着购买一些小奖品。大家分散在整个丰台，一年都见不了几次，这次专职工作者工会成立了，借着这个契机，我们好好搞场联欢会，让大家热闹热闹，开开心心。”

晏杰说，联欢会包括合唱、诗朗诵、独唱、舞蹈、游戏等。其中游戏部分有“抢椅子”，就是12个人围成一圈，按游戏规则抢座位。有“心有灵犀”两人一组，一个比划，一个猜成语。其中最有趣的当属“小羊快跑”，

这个游戏借鉴了综艺节目《奔跑吧，兄弟》，设置有跳绳、转呼啦圈、踩气球、踢毽子、吃香蕉5个环节，共有4队，每队7、8人，哪一队在最短时间内将所有环节完成，就为胜，光这一个游戏就有30多人参加。

而合唱歌曲则打上了浓郁的70后、80后印记，有《明天会更好》《感恩的心》《我相信》《童年》《外婆的澎湖湾》。

写方案，布置会场，此外还要排练节目，晏杰经常忙得中午饭都顾不上吃。“早晨吃完饭到

单位，干完手头的活儿，就开始跟筹备组的人员准备联欢会：排练节目、串词等，一点空闲的时候都没有，晚上还得加班，很辛苦，但忙得很开心！”

为了增添联欢会的气氛，晏杰还跟筹备组人员一起设置了开场舞《小苹果》，也是其中演员之一的晏杰，为了演出取得好的效果，天天练习。“没想到，我们一出来，下面掌声、欢呼声一下子就热烈起来，联欢会能让大家这么开心，我们再辛苦也值！”