

散步放鬆沾地氣 觀生活百態品五穀滋味

▼在蘇州一菜市場的醬菜店裏，店主正在給年輕顧客介紹醬菜的製作過程。

# 年輕人潮逛菜場 市井煙火有朝氣



## 「深度遊」打卡地 藝術家創作天堂

《舌尖上的中國》導演陳曉卿曾直言：「了解一座城市最好的方式就是去菜市場。因為名勝古蹟都是西裝革履的、裝扮得很好的，但是菜市場想裝也裝不了。只有看過菜市場之後，才和這個城市有了肌膚之親。」也許基於相似的看法，越來越多的年輕人開始將「菜市場」作為旅途中的打卡地。



▲北京三源里菜市場經常舉辦跨界活動。圖為在此舉辦的「民以食為天」書法展。

「我剛剛從大連回來，相比在景區大牌檔消費，我覺得親自去當地菜場逛一逛，不僅更加實惠，也更有趣。」北京市民杜先生說，大連的海鮮市場很多都是夜半開市，鮮美的水產品讓人目不暇接，我買了最喜歡的渤海刀魚和馬糞海膽，稍作加工，回到民宿自己烹飪，真是一個「美」字了得。

除了普通消費者，有些菜市場在與年輕人「雙向奔赴」的路途上走得更遠。在一些網紅菜市場，越來越多的設計師、策展人、畫家紛紛湧入，將這裏變成了馳騁想像、展現才華的新陣地，以至於有人評論到「許多網紅菜市場，已經成為了藝術家的天堂」。

記者注意到，現在不少菜市場留意到了「消費者年輕化」的新動向，於是主動推出一些「服務套餐」。比如，在海南，許多菜市場邊上都有一些專門幫挑海鮮的地陪，他們會帶消費者去菜市場裏挑東西、幫忙搭配蔬菜，還能陪着到旁邊的店鋪裏面進行加工。因為迎

合了市場需求，加上行業相對透明，這類服務也越來越規範並受到消費者歡迎。



周日雜誌

作家汪曾祺曾經在《人間滋味》中寫到「有人愛逛百貨公司，有人愛逛書店，我寧可去逛菜市。看看生雞活鴨、新鮮水靈的瓜菜、彤紅的辣椒，熱熱鬧鬧，挨挨擠擠，讓人感到一種生之樂趣。」作為社會經濟生活的「微鏡頭」，菜市場不僅是一個買菜賣菜的地方，還是一個公共生活空間，更擁有一種最接地氣的「磁場」。在這裏，人們可以看到市井百態，可以邂逅尋常人家，可以感受人間況味。

近來，大公報記者調查發現，越來越多年輕人開始走進菜市場，加入到與蘿蔔青菜「雙向奔赴」的道路上。也許，他們追尋的是工作忙碌之外的片刻鬆弛、在菜市場散步沾沾地氣，亦可能是回歸生活本真的心靈放鬆。正所謂「人間煙火味，最撫凡人心」。

大公報記者 張寶峰

在北京市朝陽區左家莊橋下拐角處，有一座大型菜市場。從事藝培工作的蔡小姐忙完了上午課程，剛好是下午1點多，「菜場還有一個小時收攤，趕緊過去『掃菜』！」雖然是年紀輕輕的95後，但對於逛菜場時間的精準拿捏，顯示出她已是這方面老手。

### 菜場華麗變身 生活需求「一站解決」

與蔡小姐偏愛線下菜市場不同，單身白領小馬喜歡精準比較。「我手機上有一個『多多買菜』自提點」的群，群主每天都會發各種新進果蔬的鏈接，我通常會瀏覽一遍，然後再去菜市場比較一番，擇優購買。」小馬說，無論網上選菜，還是菜場買菜，都已經成為生活的一樁樂事，感覺相比於躺在床上刷視頻，買菜更能感受到真實的生活氣息。

年輕人「奔向」菜市場，正悄然興起。大眾點評、美團等統計數據均顯示，近段時間，「菜市場」的搜索量環比增幅超過120%，相關攻略筆記數增幅也超過110%，評價數增幅更超過170%。很多年輕人還留下了諸如「菜場尋寶記」「菜市場散步導覽」一類的攻略或筆記。此外，「年輕人愛上菜市場」一類的詞條更頻頻登上微博熱搜，成為頗受追捧的話題。

「只要走進菜市場，看到那些連根帶泥的蔬菜，再加上菜農那一聲聲穿透力極強的吆喝聲，我就會感覺到撲面而來的生活氣息，工作的壓力彷彿也煙消雲散了一樣。」蔡小姐說，很多時候即使並不需要買菜，自己也會順路鑽進菜市場，去沾沾地氣兒。

有分析指出，年輕人愛上菜市場，是多重因素共同作用的結果。比如年輕人生活理念的變化、對飲食品質的個性化追求，以及全國各地菜市場經營環境的優化。正像中國食品產業分析師朱丹蓬所說，「菜市場是一個很日常消費場景，

這一場景在最近幾年有了一個翻天覆地的變化。跟以前不少人對菜市場固有的髒亂差印象完全不同，現在很多菜市場已經進入了一個規範化、專業化、品牌化的新階段。」

大公報記者發現，北京很多菜市場悄然「華麗變身」。比如，東城區北新橋街道附近的天澤祥鮮匯生活超市，從原來不足1000平方米的小菜站，變成了超過6000平方米的果蔬超市。各種修鞋、補衣、配鑰匙等生活需求，也能在這裏「一站解決」。位於朝陽區的三源里菜市場則越來越有「國際範兒」，進口的奶酪、火腿、咖啡，讓人目不暇接；帝王蟹、馬頭魚、石九公，更讓「海鮮控」流連忘返。

### 「聽菜下鍋油滋滋 才是真實生活」

吸引年輕人走進菜市場的，不僅有最原味的各色美食，更有最原始的人間煙火。「熱愛生活，就要體會一花一葉，就要觸摸一針一線，就要自己去買菜摘菜，去聽那菜下鍋、熱油滋滋的聲音，這才是最真實的生活。」小馬說，自己特喜歡北京一家菜場裏的一句標語「酸甜苦辣，才叫日子；熱氣騰騰，才是人間。」



▲藝培行業從業者蔡小姐精心挑選菜品。大公報記者張寶峰攝

**@睿智的小星** 菜市場很有煙火氣，很治愈很放鬆。出去旅遊時，我也會去當地的菜市場走一走、逛一逛。

### 年輕網友「示愛」菜市場

**@時間遠足** 每個城市的菜市場都隱藏着當地最具煙火氣的風味美食。還是家邊上的菜市場連着最純正的人間味道。

**@北極星上的鳥** 菜市場是當地人生活的地方，一切都新鮮，也讓我看到了一座城市更豐富的樣貌。

**@美麗的甜橙** 每天上滿發條忙工作，只有走進滿帶着泥土氣息的市井中間，整個人才能徹底放鬆下來。

### 各地網紅菜市場



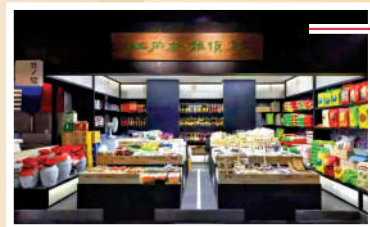
#### 大理 四季街市

這裏可以吃到菌子宴和各類手作美食，能摸到特色扎染布料，還能伴着白族姑娘的歌聲，跳起篝火舞蹈。



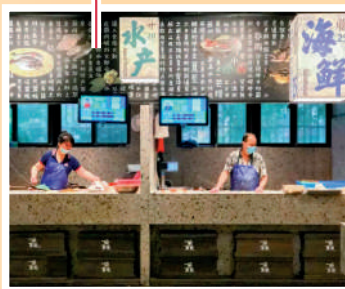
#### 上海 烏中市集

墨綠色拱形門窗，淺黃色內牆，蔬菜瓜果盛在市集統一的編籃籠裏。各個攤位的台面被設計成斜坡型，果蔬一目了然。



#### 杭州 紅石板農貿市場

使用木質品和手繪的結合，通道布滿蕨類植物。還有菜場咖啡等，用菜市場的價格，滿足菜市場之外的期待。



#### 蘇州 雙塔市集

內部隔斷用了大量木製品來模仿江南特色的門框窗櫺，配套設計精緻而典雅。

**@天涯民謠** 正所謂「民以食為天」，決定食材，選擇美食，在自由和美味的雙重誘惑下，我越來越愛上逛菜市場。

## 青春煙火氣 一直未疏離

### 記者手記

長期以來，隨着國人生活水平的不斷提高，很多人都認為年輕人日漸脫離了柴米油鹽，認為他們的生活只以潮流和玩樂為主色調。但近段時間，一場有關「年輕人湧入菜市場」的討論，卻實實在在顛覆了人們的認知。很多人甚至發出疑問「是年輕人變了嗎？」答案非常簡單：年輕人與煙火氣，從來不曾彼此疏離。

正像國潮漢服在年輕人中間強勢回歸一樣，年輕人愛逛菜市場同樣不足為奇。事實上，菜市場絕不只是蘿蔔青菜，也不只是討價還價，它更是一個蘊藏着生活真諦的「場」。而年輕人在潮玩的外衣之下，他們那顆熱愛生活的滾燙的心，也正與菜市場的煙火氣緊緊契合。因此，與其說年輕人「突然湧入」菜市場，倒不如說是年輕人在菜市場裏重新發現了自我，再次找到了生活。

在這個物質日益豐盈的時代裏，年輕人也一直承受着各種非議。有人認為他們缺乏拼搏精神，有人認為他們缺少生活熱情。事實上，現在的年輕人只不過是在用自己的方式去關照生活。充滿個性化的追求，彰顯本體性的視角，展現與眾不同的品味與偏好，凡此種種，都是年輕人與老一輩不同的生活觀。從這個意義上講，表面上是年輕人「邂逅」了菜市場，事實上更可以說是年輕人重新「定義」了煙火氣。

## 小小菜市場 不只三餐四季

### 心靈港灣

有媒體報道指，在寺廟咖啡、淄博燒烤爆火後，社區菜場、鄉村大集正成為年輕人的新寵，受到越來越多的追捧。大公報記者也注意到，在豆瓣上竟然還有一個「菜市場愛好者」小組，裏面有10萬+的年輕網友分享着各式各樣的「美食經」。

有分析指出，近年來，生活在城市快節奏之中的年輕人，對「煙火氣」表現出前所未有的熱情。而菜市場則是都市裏的一個窗口，年輕人得以在這裏，從一蔬一飯中體會風土人情。如今，在大眾點評等平台上，除了出行攻略、美食導航等傳統內容外，「菜場評價」「逛街指南」等也越來越多，它們也生動折射出當下年輕人對生活的熱愛。既然是「雙向奔赴」，年輕人與菜市場的美麗邂逅，自然也少不了菜場攤主們的用心經營。記者注意到，在首都北京，很多菜市場的裝點越來越有人情味和精細化，各種貼心的服務，讓這裏成了「舌尖和心靈上的雙重港灣」，讓「愛逛」一族的體驗感提升很多。

有網友寫道：「不能浪跡山川湖海，

市井長巷就是最近的遠方。一處菜市場，囊括着四海之味、八方美食，暗藏着江南和塞北的相遇、東方與西方的碰撞。」誠如網友所說，小小菜市場，不僅有三餐四季，更體現着一種生活方式。特別是在緊張的都市生活節奏中，逛一逛菜市場，很快就能讓人的身心放鬆下來，讓生活的轉輪得到片刻的休歇。



▲位於北京使館集中區的三源里菜市場可以品嘗五湖四海的美味。