春鲜萌动，湘菜“轻”装上阵

惊蛰一过，万物复苏。泥土里的春笋拱破土层，江河中的鱼儿溯流而上，枝头上的香椿吐出嫩芽。对于以“鲜辣”著称的湘菜而言，春天是一场极致的味觉盛宴，更是餐饮行业推陈出新的黄金节点。近日，记者走访长沙餐饮市场并深入上游供应链发现，长沙人的“吃春”热潮已然萌动，一场从田间到餐桌的“春鲜接力”正在上演。

菜单焕新：从“重油厚味”到“清鲜本味”

在过去很长一段时间里，湘菜给外界的印象往往是“重油、重色、重火功”。在今年的春季餐饮市场中，一个显著的趋势是：“清鲜”正在成为湘菜的另一张王牌。

在映象潇湘市府店，春季菜单的 C 位让位给了水芹菜、藜蒿、香椿等山野时蔬，以及鳝鱼、河豚等河鲜。该店总经理张圆告诉记者：“春季大家偏好清爽口味，因此菜品注重少油少盐，同时融入‘药食同源’概念，推出西洋参茯苓老鸭汤等滋补汤品，帮助缓解春困。”这种从“调味”向“食材”的回归，体现了湘菜烹饪理念的升级。

在费大厨辣椒炒肉门店，3 月 5 日启动的春季上新同样体现了健康化趋势。除了经典回归的“上海青炒油渣”，还推出了食材升级的“小炒高山白菜”——甄选高海拔山区白菜，口感格外清甜爽脆。更值得关注的是，费大厨率先推出有机食材系列菜品，包括蒸有机鸡蛋、有机海带苗肉丸汤等，将健康理念推向新高度。

此外，耕渔雅院、湘舍壹号、七号湘、晴溪庄园、秦皇食府等多家餐企也同步推出春笋、河蚌、鳝鱼、惊蛰菌、石蛙等春季限定菜品。湘菜正从单纯的味觉满足，向健康化、品质化全面升级。

食材溯源：从“田间地头”到“百姓餐桌”

今年的“春鲜”消费还有一个显著特点：消费者不仅想吃，还想懂行。而这种需求的背后，是源头供应链的默默支撑。

桃江县八方食品加工有限公司负责人丁虎告诉记者，今年春笋预计 3 月中旬至谷雨前后上市，整体行情价格略有下调，因为出土时间较往年稍早，预计有几个百分点的降幅。“我们桃江的竹笋肉质肥壮，口感脆嫩清甜。客户对品质要求逐年提高，更注重产地和口感。”在挑选技巧上，丁虎建议：“鲜笋要看根部颜色和硬度，偏黄白且能掐动的是新鲜的。”

湖南省绿野星辰山野菜专业合作社理事长李黎则观察到，今年春鲜市场呈现出新特点：“春鲜食材更丰富，更早上市，但餐饮企业对食材的本味、风味有更高追求。”他特别提到，像黄精苗（88 元 / 斤）、鸭儿芹（28 元 / 斤）、凤尾菜（22 元 / 斤）等比较罕见的野菜品种价格则相对稳定。

与此同时，湖南省疾控中心营养食品儿少所副所长熊家豪提醒消费者：“香椿、春笋等含亚硝酸盐或草酸较高，建议烹调前沸水下锅焯烫 30 秒左右。”他还特别强调，野外生长的野菜存在安全风险，“公路边、化工厂周边的野菜会吸附重金属，不建议采食。想尝鲜可以去正规市场和商超购买。”

场景融合：从“饱腹之地”到“情绪剧场”

除了味道，春天的“颜值”也成为餐饮消费的重要驱动力。

映象潇湘正在同步布置春季环境，将花艺等自然元素融入店内。张圆介绍：“我们结合女神节等活动，为女性顾客准备丝巾等礼物，同时通过小红书等平台邀请达人体验，全方位营造春季氛围。”这种将餐饮消费与季节美学相结合的尝试，收到了良好反馈：“时令菜上线后，虽然元宵节后通常是淡季，但今年同期客流仍保持不错。”

带有庭院、露台的餐厅，在三月份预订同样火爆。年轻消费者愿意为“好看又好吃”的体验买单，“漂亮饭”正在成为社交货币。餐饮消费正从单纯的味觉满足，升级为融合视觉、嗅觉的全方位体验。

春鲜萌动，市场回暖。这不仅是一场食材的盛宴，更是一次行业的竞技。从映象潇湘对春季菜单的打磨，到费大厨对有机食材的布局；从桃江竹笋的品质坚守，到疾控专家对科学饮食的普及——每一个环节都在诉说着春天的故事。谁能抢占“鲜”机，谁就能在春季餐饮市场中拔得头筹。

如何让“钱袋子”鼓起来？这份增收计划有答案

春风浩荡，万物竞发。2026年全国两会正在进行，“制定实施城乡居民增收计划”（以下简称“增收计划”）首次写入政府工作报告，成为激活内需、增进福祉的关键落子。这既是对百姓关切的回应，更是高质量发展逻辑的深刻彰显。

“收入”一头连着万家灯火，一头连着经济循环。纵览“十四五”时期，全国居民人均可支配收入从 2021 年的 35128 元跃升至 2025 年的 43377 元，增长轨迹清晰。然而，供强需弱矛盾依然存在，居民消费占国内生产总值比重与全球平均水平尚有差距。某种程度上，这指向了收入分配结构的优化空间。增收计划的提出，标志着增收工作从宏观导向走向精准施策。

从政策脉络中，能清晰感知这份计划的“分量”。2025 年末，中央经济工作会议首次提出“制定实施城乡居民增收计划”，列为 2026 年经济工作重点任务；随后国务院常务会议强调抓实落地；如今全国两会政府工作报告明确“制定实施”。高频次聚焦、快节奏推进，传递出鲜明的信号：促进城乡居民增收，绝非提振消费的短期手段，而是推动共同富裕的长久之策，现已步入从顶层设计到落地实施的关键阶段。

为何这项计划如此重要？其逻辑深植于发展与民生的辩证统一。

从经济视角看，消费是收入的函数。事实上，居民消费受现期收入和预期收入的双重影响。增收计划既能通过收入增加提升消费能力，又能通过稳定预期提振消费信心，畅通“收入增长—消费扩大—投资增加—经济增长”的良性循环。

从社会目标看，收入增长是缩小差距、实现共同富裕的重要路径，体现了通过“分好蛋糕”来“做大蛋糕”的治理逻辑，为构建“橄榄型”社会结构筑牢根基。

此次政府工作报告中的表述中，我们可以看到几项清晰的着力点：促进低收入群体增收、增加居民财产性收入、完善薪酬和社保制度。这些举措构成了提升收入的“四梁八柱”。

聚焦“底板”，促进低收入群体增收。这部分群体边际消费倾向较高，增收对改善生活、拉动消费效果最为直接。兜牢民生底线，是共同富裕的必然要求。

拓宽“渠道”，增加居民财产性收入。我国居民收入以工资性收入为主，渠道相对单一。财产性收入是衡量国民富裕程度的重要标尺，拓宽投资渠道，让更多人分享发展红利，是优化收入结构的关键一招。

夯实“主轴”，完善薪酬制度。劳动报酬是多数居民的主要收入来源。完善薪酬制度，核心在于健全工资合理增长机制，提高劳动报酬在初次分配中的比重，实现“劳有所得”。

筑牢“后盾”，完善社保制度。某种程度上，社保是居民收入的“稳定器”。完善的社保制度，能减少预防性储蓄，释放消费潜力，让居民敢消费。

这些举措各有侧重又相互支撑，形成从“托底”到“增量”再到“提质”的系统性框架。增收的本质并非简单发钱，而是通过推动高质量就业、优化分配制度等多种途径，实现收入的可持续增长。

值得一提的是，前不久湖南省两会上也明确提出，“实施城乡居民增收计划，确保居民收入增速不低于经济增速、农村居民收入增速高于城镇居民收入增速”。这种自上而下的政策传导与自下而上的探索实践相结合，无疑将为增收计划落地汇聚起强大的合力。

“治国之道，富民为始。”制定实施城乡居民增收计划，锚定的是百姓“钱袋子”鼓起来的方向，明晰的是通往共同富裕的路径。随着计划从蓝图化为现实，居民增收的“加速度”将转化为高质量发展的“强动能”。让发展的“大逻辑”对接百姓的“小日子”，这便是“城乡居民增收计划”最深沉的注脚。