

“做饭糊弄学”缘何成为流量密码

操作简单易复制,又有生活仪式感,受年轻人追捧

深财坊

辽沈财经工作室

年轻人真会玩。这个“五一”假日,有五天爬遍了五岳的,有拉帮结伙赶“烤”一等就是八九个钟头的,更多的仍是挤在人从众里呼吸了大量新鲜的陌生人的味道。

然后,大多数人在一同退潮的人海中低头看看手机,自嘲一笑,“该回家吃土了”。当然,吃土是不可能的,于是只为饱腹的“做饭糊弄学”在各大社交平台更加迅猛地流行起来。

应该是代沟的原因,经常在家做饭的人,一般是不用“糊弄”,而是用“对付”。亲朋好友到家聚会,菜不够了,打开冰箱看看有什么就拿出来一炒,“对付一下。”工作累了,懒得做饭了,方便面鸡蛋香肠一锅出,“对付一顿得了”。

“对付”显见是轻易不为的,可是同有敷衍意思的“糊弄”一顿饭居然成了一门年轻人趋之若鹜的“学问”,同样显见不是可以用“躺平”“摆烂”来随手键盘侠的。“四方食事,不过一碗人间烟火。”能够亲自下厨,即便“简单粗暴”地糊弄,也能映射出时下年轻人新的经济理念和生活哲学。

不可或缺的生命体征维持餐

在各大平台搜索关键词“做饭糊弄学”,保证一搜就是几千、几万条的。点开那些浏览量很高的帖子,确实一下子学会了不少。比如切豆腐如何不用刀,就是豆腐扔锅里直接用铲子或筷子弄成块;比如二分钟煲仔饭,就是把腊肠放到米饭上,再放根葱倒上酱油;比如锅里煮锅里吃,就为了可以不洗碗……

懒是可以传染的,至少从中学会了炒饭时可以用剪子剪葱花,这样就少洗了菜板和一个碗。不过又觉得这些网红博主的生活有点拧巴,要是说他们懒吧,还频率很高地亲自动手做饭;说他们勤快吧,做的饭是真糊弄。

再翻看这些人气博主以前发布的帖子,却意外发现有好多以前都是发各种精致美食的。连做豆腐都要从种黄豆做起的美食博主们为什么开始玩起了“糊弄”呢,难道说就为了证明人在犯懒的路上从不懒惰吗?互联网世界里没啥恍然大悟,说来不过就是他们掌握了新的流量密码。而这,也正说明了“做饭糊弄”这门学问还挺受追捧。

既然不是来学账号营销的,那么想学会“做饭糊弄学”的精髓还得从那些真正过着日常生活的普通人着手。

某某,一个警惕性不高却很敏感的小伙子,在沈阳做销售。粉丝虽然十位数,但是他还坚持几天就发一个自己“做饭糊弄”的视频。也许是因为记者是唯一一挨个视频点赞的,他就很开心地与记者聊了起来。

他做过的一道菜让人久久不能忘怀:鸡蛋和西红柿整个煮了,熟了就一起蘸点沙拉酱吃掉,关键是还配了一碗米饭。问他滋味如何,他说酱汁很好吃,主要是很有营养,因为这是“生命体征维持餐”。

一个人住,又要工作,还要考编,他说自己没有时间花上一两个小时给自己做顿饭。而外



漫画 王晨同



辽沈晚报记者李振村

你有故事,我有纸笔,文教中心记者

卖,他说贵。

“你天天这么吃饭,不怕家里人看了担心吗?”

可能是忙着工作,隔了一天他才回话,“我是怕他们瞎操心。”然后说了一句,“别透露我的身份,网名也别写。”然后,就被他拉黑了。

每天高速运转的节奏之下,留给他的私人时间不多了,于是“做饭糊弄”就是无奈的取舍吧。就像有网友对“做饭糊弄学”做的总结一样:看似是战术上的懒惰,但其实是一种经营生活的战略。

妈妈再也不用担心我饿肚子了

据说创业者想要得到风投的认可与投资,必须会讲故事。作为新“菜系”的“做饭糊弄学”自然也是有着故事的。而这个故事还是与上班族的工作日常息息相关。

有一位心灵手巧的打工人叫“池小姐”,她是一位热爱生活的精致女生。虽然每天工作很忙,但仍坚持带饭上班,还把饭盒的内容发到了网上。

第1天,六点半就起床,饭盒里装的是鸡排、沙拉、三色糙米。第2天,香煎牛肉、蒜炒芥蓝。第3天,辣椒炒肉、白灼菜心。当看到第39天时,饭盒里装的是炒饭,然后就再也没有一荤一素两个菜的时候了。

到了第58天,也没有肉炒菜了,只带了一根香肠。

而第71天的时候,一点米饭,二个菜,一个是咸菜,一个也是咸菜。

池小姐对此解释说:其实就是那天不太想做饭,然后就搞了点粥,拿了包榨菜。然后觉得这样还行。于是“思想滑坡”再也无法收拾,第190天的时候,她只带了一点点橄榄菜。那一天,她说出了自己的心声:带饭带腻了,快放假吧。时至今日,将糊弄进行到底的她已向减肥博主方面转化了。而从她起,“做饭糊弄学”开始在各大平台攻城略地。

如果说池小姐是“做饭糊弄”的创始人,那么,另一平台的博主“一口香鸡腿”则在身体力行的同时开始通过视频来传播“做饭糊弄学”。直接出了一个“95后做饭糊弄学”的系列,主打方便面煮一切,而且顿顿有新招,人称其:行动上在糊弄,思想从不懈怠。

还有博主主攻空气炸锅炸一切,只要看着能吃,就算是冻得邦邦硬的土豆他敢扔进去炸。

更多的博主,最爱的就是我们东北的“乱炖”,只要有锅有水,从家里各个角落收拢出来的食材往里一放,然后就等着吃了。

他们的名言是:最高端的食物往往只需要最简单的烹饪。当然这只是场面话,首先土豆、萝卜、虾仁、鱼丸并不高端,而为了自己吃得下去,他们往往使用大量的火锅底料和调料,据说这是从留学国外的学生那里传回来的。

网友们对这些视频“教程”还挺买账:学会了这些生活小妙招,妈妈再也不用担心我饿肚子了。

但每日为家里人吃什么操碎心的妈妈们要是知道的话,估计就得重新“教育”娃们了。

是“做饭糊弄学”还是生活节约学

因为做饭糊弄被堂而皇之地加上了一个“学”字,这就说明,广大热心网友真的是有在钻研它,哪怕简化掉一个步骤,哪怕节省出一两分钟,那都会受到围观者的鼓励并且还能推广出去。

年轻人们是善于思考的,他们很快就总结出了“做饭糊弄学”的几大精髓。非必要不切菜;能徒手撕菜绝不用菜刀;非必要不刷锅;能端着锅吃绝不用碗;非必要不装盘,而且吃饭最好直接用炒菜的铲子,这样筷子也不用洗了。

而“做饭糊弄学”的神器有两个是必备的,一个就是万物皆可剪的剪刀,还有一个就是能炒能煮的不粘锅。

旁观者可以认为现在连“懒”都卷得如此厉害,但细细思量这未尝不是一门节约的学问。

一顿饭随便糊弄一下,省了多少水电煤气不说,每一个关于做饭糊弄的视频,做出来的食物都被博主们吃得干干净净。不是他们大胃,而是做的量少。量少也非刻意为之,因为他们用的食材都是冰箱里剩下的。

浏览各平台上“做饭糊弄学”的食谱,会发现食材中,土豆、洋葱、西红柿等容易存储和处理的蔬菜用的比例占大多数,而罐头和火腿肠这些不容易放坏的肉制品更是挤占了鲜肉的位置。

这也是网友总结的“非必要”的第四条:非必要不买菜。能吃多少做多少,光盘必然杜绝浪费,同时还省了钱。

而糊弄绝不是在营养上,虽然没有营养师出来讲这门课,但是几乎所有的饭菜都是有荤有素讲究一个搭配。关于食材的讨论总是热火

朝天的,网友们经常总结出操作最简单、最有营养的搭配。比如“一锅端”,可以用水煮番茄当汤底,然后扔进去豆腐、肉、年糕、青菜等食材,加酱油的话就是寿喜锅,加韩式调料就是韩式火锅,味道营养都有了。而且自己在家做的东西还卫生。这样长此以往,估计连富贵病的药费都能省不少。

当然,将做饭步骤简化到极致了,也是对时间的节约。

亲手做饭 就是对自己好一点

搜索“做饭糊弄学”,出现的帖子中其实有一半是以诸如“打工人大班如何快速吃上饭”之类为标题的。

池小姐“摆烂”后的那句“快放假吧”也许喊出了广大打工人的心声,而对于做饭糊弄这事,更是“有人看乐子,有人照镜子。”就年轻人而言,大家对不得不做饭糊弄这一点颇有共鸣,一个个直呼人间真实。

据统计,当代年轻人中仅有12.7%的人能坚持每天下厨做饭。“如果说点外卖是钱包的扭曲,那做饭就是精力的沦丧。而糊弄才是平衡之道。”是他们不向往“夜雨剪春韭,新炊间黄粱”的生活吗?或者,他们是真的很疲惫了。而“做饭糊弄”在本质上应该是自有资源的分配问题,比如时间、比如钱。

“做饭糊弄学”复制容易、操作简单的做法,对于那些想自己下厨房却工作繁忙的年轻人而言,攻略方便到直击灵魂,受到追捧是必然的。

热衷于“做饭糊弄学”的网友说,“失去美食,失去很多;失去时间,失去一切。但是可以花一点时间给自己做饭,说明对自己还重视。”

“糊弄做饭的前提是还在坚持亲手做饭,即使生活忙碌,客观条件受限,我们依然保持积极的态度,想尽量对自己好一些。”

所以,没必要一定要对某些新现象去指指点点,看似“糊弄”的餐食未必是摆烂、躺平,也许只是年轻人另类的一种“自嘲”。

有评论说的好:“做饭糊弄学”用最低的成本删繁就简直达目标,还收获一定的生活仪式感,才是其底层逻辑和终极奥义。

传承了勤劳美德,又继承了父辈的节俭,在食不厌精和时不我待的取舍之间找到平衡,不畏他人眼光去积极生活,这也是年轻人的一种生活哲学吧。

辽沈晚报主任记者李振村 实习生 张来蕊