

轻食 千亿市场蓝海待掘金

经济视点

□文/摄 黑龙江日报全媒体记者 丁燕

结束了一上午忙碌的工作，陈婧的午餐就是一份由西兰花、秋葵片、玉米粒、鸡胸肉、紫薯丁、半个煮鸡蛋、几片生菜叶等组成的外卖轻食。

在健康生活理念的引领下及受疫情居家办公的影响，越来越多的年轻人像陈婧一样，更加注重饮食健康。低热量、低脂肪、低盐、高蛋白、高膳食纤维的轻食，成为年轻人餐桌新“食尚”。据艾媒咨询数据显示，国内轻食代餐行业市场规模2021年较2020年同比增长95.6%，预计今年我国轻食市场规模将达到1200亿元。

农产品是制作轻食的主要原料，轻食文化的兴起给我省农产品带来了绝佳机遇。在轻食走红、市场年轻化背景下，我省相关企业在产品定位、品牌设计营销等方面，是如何拥抱年轻人的？连日来，记者展开调查。

大型超市 学习观摩研发新产品

“轻食新主义，健康新风尚。”10日中午，哈尔滨市南岗区比优特超市会展店内，轻食专区的文案让人耳目一新。由于正值午饭点儿，选购轻食的消费者比其他区域多不少。

“我们做轻食用的土豆，都是从呼兰、双城和牡丹江采购的；大米来自五常；鸡蛋是从佳木斯和兰西养殖场收来的。”黑龙江比优特商业集团有限公司技师车艳波，负责哈尔滨市区比优特超市各分店轻食产品的开发和销售工作。他说，店里的轻食食材，多数在省内就地取材。

车艳波是日料行家，这也令他从事轻食产品的研发如虎添翼。“日料强调新鲜，美味不能掩盖食材原有的滋味，这与轻食制作的原则是相同的。”他认为，“年轻人就餐崇尚仪式感。我们制

作的轻食不仅讲究食物的色彩搭配，也重视包装的精美程度。”

在不少人的印象中，轻食主要是以减肥、减脂为主，口味上不及传统美食。为了破解这一难题，近三年来车艳波多次到四川、上海等地的外资超取经。除此之外，他和研发团队积极拥抱新媒体。“美食博主更新视频后，我们观看学习，对轻食的品相、味道进行改良。新产品投放市场之前，通过内部试吃征求大家意见，不断对产品做出调整升级。”

目前，比优特超市在哈尔滨市区多个门店设立轻食专区，受到学生和年轻人青睐。“消费者七八成为年轻人，仅会展店一天就能卖出一百多份。”车艳波相信，随着天气转暖，轻食的销量还会再迎新高峰。

豆制品企业“嫁接”轻食元素实现跨越发展

王瑞是哈尔滨一名国企职员，喜欢吃豆制品的她每天到单位后，都会冲上一包速溶豆浆代替早餐。

轻食中注重营养和热量，蛋白质也不可或缺。而拥有高蛋白质、色香味俱全的豆制品，是王瑞和其他轻食人群平衡膳食的重要组成部分。

省食品工业协会相关负责人介绍，我省部分优质企业已成功将豆制品与轻食元素“嫁接”，并实现了跨越式发展。

佳木斯冬梅大豆食品有限公司是一家专业生产豆粉、豆奶粉、豆浆粉的高新技术民营企业。“以前喝豆浆的多为老年人，现在生产工艺先进，豆浆完全脱皮、脱渣、脱腥，越来越多年轻人也开始爱喝豆浆。”公司销售经理陈永华说，公司于2012年布局轻食发展，目前产品已经覆盖全国超过50个城市的早餐渠道。同时，在重点城市的写字楼等地点现场派发试吃小样，吸引消费者；在网络推广中，赠送优惠券或采取买A产品送B或C产品的方法，增加与消费

者之间的黏性。陈永华说，随着轻食产业的发展，下一步该公司将与国际国内大型卖场深度合作，进一步拓宽市场。

龙王食品，同样是国内拥有较高知名度的豆浆制品加工企业。“我们推出的无糖豆浆粉，是年轻人轻食代餐的心头好。”黑龙江省农垦龙王食品有限责任公司综合管理部部王海利说，该公司不断丰富轻食产品种类，让“非转基因”“零反式脂肪酸”豆浆制品叫响全国。去年，公司年产量达到两万吨，产值超3亿元，部分产品已出口到泰国、新加坡、马来西亚、印度尼西亚和毛里求斯等国家。

王海利介绍：“公司去年秋季投放市场的‘恰豆花’系列，相当于在豆浆粉内放内酯，在家就能做豆腐脑，成为城市家庭早餐轻食新宠。”公司近期研发的瓶装豆粉，可直接冲泡、方便快捷，也即将投放市场。每罐豆粉系列，每袋7个小包装，满足消费者一周7天的早餐需求，增加消费体验感，成为电商旗舰店的网红单品。

大米企业 跨界包装刺激消费者尝鲜

“干饭”也能减肥。不少年轻人的轻食升级，是从主食开始的。

2021年，第一财经商业数据中心联合天猫发布《2021天猫大米消费白皮书》显示，消费者当下对于线上购米的核心关注点排在前三位的依次是：新鲜、轻食、营养。可以减脂的糙米，成为女性、年轻一代、低线城市消费者轻食餐盘的首选主食。

在天猫某粗粮自营店内，一款产自哈尔滨延寿县的五色糙米，主打“健康健身粗粮，高饱腹低脂肪”的口号，月销量超过10万+，秒杀同类产品。

在大米包装上，龙江人也是创意无限。记者在京东APP上看到，多款产自黑龙江的大米被装进易拉罐充氮保鲜，罐上配上醒目、个性的文字，被网友盛赞“高颜值”。

“一家人一顿饭就做一罐米。这种跨界包装很特别，带给人意想不到的观感，刺激我想去尝鲜。”有网友这样评价道。

李柏良建议，为推动轻食产业发展，我省要抢抓机遇，一要提高企业科技自主创新能力，企业要拥有自主知识产权，在产品特性上要定位独特，提高核心竞争力。二要加快政策制定，打造轻食产业集群，推进高质量发展。三要加大轻食概念的宣传，通过构建宣传平台，打造品牌交流社区，进一步推广和宣传轻食文化。四要加强数据挖掘能力，年轻人作为轻食消费主力军，要合理利用大数据，分析年轻人对轻食的需求并预测年轻人需求的趋向。

专家学者 龙江要抓机遇抢占新“赛道”

艾媒咨询数据显示，29.4%的网民每周会选择一次轻食，24.3%的网民每月2-3次。目前，21天自律打卡豆浆、淀粉含量低的“轻食土豆”已在线下圈粉无数。

轻食赛道已开启，龙江农产品有独特的优势，应提早布局、抢抓机遇。

东北农业大学食品学院博士生导师李柏良认为，发展轻食产业，有利于推进我省一二三产业的深度融合。“在第一产业上，我省农业资源丰富，为轻食的发展提供绿色原料；在第二产业上，我省可对农林作物进行精深加工，实现产品有机化、立体化；在第三产业上，轻食文化的崛起有利于我省餐饮业的多元化发展。”

李柏良建议，为推动轻食产业发展，我省要抢抓机遇，一要提高企业科技自主创新能力，企业要拥有自主知识产权，在产品特性上要定位独特，提高核心竞争力。二要加快政策制定，打造轻食产业集群，推进高质量发展。三要加大轻食概念的宣传，通过构建宣传平台，打造品牌交流社区，进一步推广和宣传轻食文化。四要加强数据挖掘能力，年轻人作为轻食消费主力军，要合理利用大数据，分析年轻人对轻食的需求并预测年轻人需求的趋向。

轻食赛道已开启，龙江农产品有独特的优势，应提早布局、抢抓机遇。

东北农业大学食品学院博士生导师李柏良认为，发展轻食产业，有利于推进我省一二三产业的深度融合。“在第一产业上，我省农业资源丰富，为轻食的发展提供绿色原料；在第二产业上，我省可对农林作物进行精深加工，实现产品有机化、立体化；在第三产业上，轻食文化的崛起有利于我省餐饮业的