

前不久，一条网红自助餐以次充好的新闻引起热议，号称“上海第一网红”的日料火锅自助餐“一绪寿喜烧”被曝出欺骗消费者，引发了轩然大波，在谴责商家的同时，我们也发现自助餐的存在感没有过去那么高了。



一绪寿喜烧号称上海排队王，开业至今一直人气不减，营业前一小时就有人排队等位，普通食客都需提前两三天预约才能吃上。

主打的澳洲M8和牛畅吃满足了食客对饮食品质的要求，寿喜锅这种日式氛围感美食，搭配日式无菌蛋、海鲜拼盘、日式刺身，即使是自助餐看上去也小布尔乔亚情调十足。

人均两百的价位虽然在上海等城市算不上人上人，至少与下里巴人区分开来，再加上食客普遍反映口味不错（但是M7和M8级和牛之间的区别确实也是不太吃得出的），成为社交网络上的自助餐顶流也就不足为奇了。

这其实也是一线城市现存的自助餐现状：主打海鲜涮品或和牛烤肉的日料自助餐几乎占据了行业的半壁江山，如赤坂亭等高端自助餐厅让食客们轻松实现和牛自由。

吃完自助一定要扶墙出？

自助餐厅也曾有过好时候。风靡一时的自助餐厅，其实属于特殊时代背景下的产物。

最早起源于8-11世纪北欧海盗们的饮食方式，自助餐从很早时就带着“网红”的基因。海盗们性格粗野，放荡不羁，以至于用餐时讨厌那些用餐礼节和规矩，只要求餐馆将他们所需要的各种饭菜、酒水用盛器盛好，集中在餐桌上，然后由他们肆无忌惮地畅饮豪吃，吃完不够再加。这种超越当时时代的餐饮方式，后来被传播到世界各地，用餐不受约束，想吃什么就吃什么，对餐饮经营者来说，还省去了人力，降低了成本。



当时“如何吃垮必胜客”的教程帖子在网上流传，很多网友甚至把这种沙拉塔作为建筑学堆叠案例分析，为了能吃到更多水果，高超的沙拉建筑师们甚至能一次拿几十斤水果，以至于在不断提价后必胜客在2009年最终还是取消了沙拉自助服务。



为了值回票价，“饿一天，扶着墙进去；吃一顿，扶着墙出来”可谓是金钱豹食客们的真实写照。一套“值回票价”的标准操作是这样的：先从水果吃起，垫垫肚子；再主攻海鲜，虎头蟹、甜虾、三文鱼、青口、帝王蟹脚……这些食物不仅基本不占肚子空间，还能吃两盘就值回票价；还有余力的话，再来一些肉类；最后再用水果和甜点收尾。

甚至还有经验贴从一开始就告诉你连身体状态和吃饭位置都要准备好，座位要选择靠近餐台的位置，少喝水、碳酸饮料，但很多人往往一到地方脑子里就没了任何攻略，“吃贵的”成了吃自助餐的第一准则。

当然，即使吃不起金钱豹，消费者也有更平价的选择：主打学生市场的自助西餐厅好伦哥、可以畅吃的自助烤肉餐厅金汉斯、主打平价牛排海鲜的自助餐厅吉布鲁等等，以永不断供的食物，随时满足大众无穷的欲望。

如今的北上广

一个冷知识是，暴饮暴食对身体的伤害不亚于抽烟喝酒。

一位知名大胃王吃播泡泡龙在今年年初意外离世，生前他以吃垮自助餐闻名。视频里，他总是抱着肚皮，要给自助餐厅商家们“上一课”，用自己的食量让老板见证食客的极限。

在他去世两个月前，同为吃播博主的另一位19岁青年因脑溢血离世；去年，一位沈阳的吃播博主更是在直播时突感不适，送院一周后遗憾离世。

在泡泡龙猝然离世后，许多人在他最后一条动态下留言：愿天堂没有自助餐。

尽管这一回自助餐算是无辜遭殃，但对自助餐态度的转变，意味着消费者认知的提高。

90后、00后们对美食的诉求从一出生就跳级到了马斯洛需求的第三层次。比起吃的更多，这一届挑剔的年轻食客们更在乎食物的原料品质、烹饪方式，和餐厅的环境与氛围。

曾经红极一时的金钱豹，在2017年关闭了在北京的大陆最后一家门店。

保持调性的高昂成本导致金钱豹门店重负，资金运作紧张。但这只是金钱豹倒闭的其中一个原因，更重要的理由是，新一代消费者已经不再将金钱豹当做社交货币与可炫耀的资本了。

高贵的金钱豹都无法抵挡消费浪潮的升级，更别提是那些靠物美价廉发家的廉价自助品牌了。



男女相亲时，宁可去人均三十的星巴克，也比自助餐厅好得多；各种影视作品呈现的刻板印象也是如此：《寄生虫》里，穷人家的一对儿女顺利入侵上流家族之后，全家人的“庆功宴”就是去当地司机食堂吃自助餐。

唉，又不是吃不饱，去吃什么自助餐呀。