

上海校园十大美食独家推荐

顾超 (济光学院)



上海交通大学 (烤羊肉抓饭)

四川人烧新疆菜。上海交通大学闵行校区共有5个学生食堂,依次以数字命名。他们平时爱吃的“美食”可谓五花八门:第一食堂的川菜、第三食堂的瓦罐汤、第五食堂的木桶饭等。其中,不少同学推荐了名气响当当的交大二餐二楼新疆餐厅。

还不到饭点儿,“交大新疆餐厅”内已经座无虚席。这儿的主厨虽说是四川人,但在新疆当了十几年的厨师,烧得一手正宗的新疆美食。下课铃响,点菜窗口更是被学生挤得水泄不通。粗略算了一下,排队的人数超过了30个,一直排到了大门口。负责打卡的周师傅说,一个中午打卡次数超过400次是常事。他自己也是回族,从小在新疆吃着羊羊肉长大,“这儿的新疆菜很是地道,孜然味儿重,羊肉又香又脆,连我们土生土长的新疆人也吃得惯。”

习惯“重口味”的学生不妨来一客烤牛肉抓饭,厚厚的烤洋葱盖在喷香饱满的白米饭上,再加上一层烤得脆香金黄的小牛肉,入嘴,少许辣,但很快被浓郁的孜然所替代,新疆味儿十足。对于口味清淡的学生,小盘鸡饭、羊肉烧土豆等也是不错的选择。

华东理工大学 (红烧肉)

本帮红烧肉。华东理工大学食堂的招牌美食。

2011年12月,华东理工大学凭借其代表菜——华理红烧肉,一举夺得了上海校园系列“十大美食”评选的一等奖以及最具分量的“最佳口感奖”,从据色、香、味、意、形、养等方面得到了专家评审团与大众评审团的认可。华理食堂在保证每天的正常饭菜供应基础上,要完成每天2000多块红烧肉的烹饪。

第二工业大学 (泰汁虾球)

在这份美食榜单上,第二工业大学离市区最远。同学们唯一的进食地点只有开在校园中、以方位命名的两座食堂——西苑以

红烧肉

泰汁虾球

酱鸭

人参乌骨鸡汤

及东食苑。中午11时刚过,穿戴橘红色围兜、帽子的食堂大妈便在窗口前一字排开,准备起了饭菜——红烧肉、蚝油牛肉、清蒸大鸡腿、山药炒肉片……只是不见榜上有名的“泰汁虾球”。“来得不巧,今天不卖。”食堂大妈说,这儿的菜每天都会换个样,“这道菜去年刚刚推出。虾球是自制的,顶上淋一层酸酸甜甜的泰椒酱,很合学生的口味,总是一上台就被抢个精光。”

到了饭点儿,学生一阵阵涌来。询问虾球的人不少,得知没有后也没太沮丧,转而点起了其他菜。一个壮小伙点了红烧肉不够,还加了两个大鸡腿。“怎么点的全是荤菜?”“便宜嘛,所有荤菜都两块八。我们这儿虽然花头不多,既没盖浇饭又没煲仔,但实惠又吃得饱。”

上海对外贸易学院 (酱鸭)

“酱鸭?校园十大美食?不是吧!”在上海对外贸易学院松江校区,好几个学生被问到这个问题都是同样的反应,“是有这道菜,但就是个极普通的酱鸭呀,好久没吃了,我都快忘了它的味儿了。”

笔者来到卖菜窗口,在几个荤菜中,四元一份的酱鸭确实不算卖得最好的。当得知它荣获了“校园十大美食”二等奖的时候,就连食堂大妈都露出了难以置信的表情。

相比自家食堂的酱鸭,学生们对其他上榜的几个小菜倒是热情多了。

上海中医药大学 (人参乌骨鸡汤)

走进中医药大学食堂,正对门口的一幅海报十分显眼:好消息!我校“人参乌骨鸡汤”荣获“高校十大人气美食”二等奖。本校学生都很好奇美食究竟在哪儿,学校只有一个食堂,但转遍了都没找到。“沙县”窗口的阿姨解答了这个困惑,她也正是此次高校美食比赛的参赛者,“人参乌骨鸡汤其实就是‘沙县’窗口一直有卖的百灵草乌骨鸡汤,我们把名字改了,材料都一样。”据阿姨介绍,比赛前“沙县”窗口卖得最好的是茶树菇排骨汤,不过食堂的喜报张贴后,乌骨鸡汤转眼成了“冠军”。

售价6元的乌骨鸡汤被盛放在炖盅里,内有四五块鸡肉和一片百灵草叶。尝起来较清淡,有中药香却无中药的苦涩。冬日里能喝上这样一盅,既暖胃又暖心。按照菜单所写,百灵草乌骨鸡汤的功效是滋补养颜,适合女孩子喝。除此之外,还有猪心汤、排骨汤、鸽子汤等供选择,不管是为了活血祛寒、清凉祛

火,还是为了补益心气,来到这儿,总能找到一盅合适自己的。

上海体育学院 (红烧大排)

用餐有无情调、食物精不精致,这些都是女生在乎的事儿,男生只管吃不吃得饱。这个道理在上海体育学院倒是得到了很好的印证。

体院总共有三个食堂,前后兜了一圈,怕是只能用两个字来评价:量足。先不说口味儿怎样,论饭菜的量绝对是十所高校中最最实在的。每一份白米饭都盛得满满的,鸡腿一份便是两个,一份炒青菜都够一个三口之家吃的了。不过就算是这样,到了这些壮小伙的手里,三下五除二,便吃了个精光。反过来向食堂大妈直嚷嚷:“饭盛得太少了,再给我添一点儿。”

一位男生强力推荐,说是一定要尝尝红烧大排。“两块大排,再浇上一点汤汁,配上个三四两饭,想想口水就出来了。”

上海财经大学 (金丝虾球)

财大的绿叶食堂位于校园中心,共两层。一层提供大锅点菜,前后询问了多位学生,几乎无人晓得“金丝虾球”这道菜,“虾球?还金丝的?没听说过。”

二层左侧的窗口提供各式现炒盖浇饭,按同学的话说,人气决不是盖的。不到中午12时,窗口前已被挤得水泄不通。窗口上方的价目表清楚标着每道菜的价格,响油鳝丝盖浇饭12元,算是这儿的最高价了。像是青椒肉丝、咖喱鸡块等“平民”盖浇饭都只要七八元。料很足,满满地铺着盖浇,热腾腾、金灿灿,看着就很有食欲。

隔壁的煲仔区也不时地飘来阵阵香气。煲仔的原料一份份摆在窗口边上,待学生点完单后,便直接取来放在灶台上烧,干净又卫生。笔者点了一份猪脚黄豆粉丝煲,端来的时候甚至还在滚着泡,奶白色的汤头里,有五六块猪手,咬一口,Q弹十足。只要10元。

上海东华大学 (奶香西米露)

东华大学的“黑胡椒鸡排意面”在学生们眼中绝对不止第8名的程度。而且,东华的美食也不只这一道。

正读大二的朱同学一连推荐了好多个菜。茄汁鸡条,炸得脆脆的鸡肉包裹在酸酸甜甜的茄汁中,特别下饭;鸽子蛋焖肉,有外皮

松脆的鸽子蛋,还有炖得极酥的胡萝卜,浓油赤酱,就连平素不爱吃胡萝卜的同学也爱死了它;咸蛋黄豆腐,最大的特点是鲜,鲜到骨子里的那种鲜。

第一食堂还新推出了奶香西米露,2.5元一份。虽然不是正儿八经填饱肚子的菜,但作为饭后甜点很得人心。同样受欢迎的还有蛋挞,一块五一个,分量十足,口味纯正。“刚出炉的蛋挞排成一排,还冒着热气。咬上一口,塔托类似于酥饼,香糯可口。”

建桥学院 (水煮牛肉)

建桥学院的水煮牛肉是大学生们的最爱,与供应大锅菜的一、二号食堂和供应大众菜式的三号食堂相比,四号食堂的小锅炒菜、砂锅和锅仔在菜式上更为丰富,口味也更佳。放有豆皮、蛋皮、豆芽、金针菇、火锅牛肉的锅仔和放有粉丝、白菜、百叶结、猪肉的砂锅卖得最好,不油腻且下饭。除了味道最好,四食堂还是公认的最贵食堂。刘同学推荐的椒盐排条售10元一份,水煮牛肉12元一份,通常她会和室友两人点三四个菜,人均将近20元,这比食堂平均消费水平高出不少。

上海大学 (特色笼格饭)

上海大学宝山校区,仅宝山区内就有四个食堂——益新楼、尔美楼、山明楼、水秀楼,首字取自上海话谐音一、二、三、四。

当问起这次上榜的“特色笼格饭”,大家都都不陌生,“笼格饭?晓得的呀,味道老好的。”“在尔美楼二楼的橙森餐厅就能吃到。”

尔美楼位于女生宿舍旁边,虽然距离教学楼有些远,仍有不少学生特意赶去吃饭。“味道好,种类多,有新意,尔美楼的优点简直说也说不清。不过,若是想去吃笼格饭,得抓紧了。估计这会已经抢得差不多了。”果不其然,笔者到达时,笼格饭已被抢购一空,“你也可以尝试一下其他的菜,都很好吃。”除了笼格饭,尔美楼还提供各类砂锅以及“西式套餐”。铁板牛排、铁板鸡排什么的只要6元一份,食堂还有刀叉供应,同学开玩笑地说:“哥吃的不是牛排,是情调。”



红烧大排

金丝虾球

奶香西米露

水煮牛肉

特色笼格饭