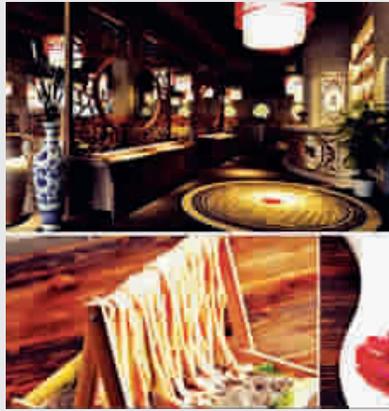


# 魔都最火爆的涮锅地图

叶斐 (上海海事大学)

天气渐冷, 吃点啥好?! 推荐你试试暖意又暖胃的火锅, 各种风格的火锅都有着独特吸引食客的魅力, 口味丰富, 叫人根本停不下来!



## 日式清淡锅

日本美食纷繁复杂, 上至高大大上的怀石料理, 下至低调内涵的乡土料理, 刺身、寿司、拉面、和果子、各国美食等等, 而火锅(なべ)也是不可或缺的日式美食一环, 其中由日本农民发明的“寿喜烧”就最为有名。不论是日剧《料理仙姬》中女主角做的那道传统而诱人的寿喜烧, 还是普通日本平民家庭吃到的简易版寿喜烧, 都能窥见日本火锅的丰富。

### Mo-Mo 牧场

锅底有“寿喜烧、和凤蔬菜咖喱锅、涮涮锅”等, 肉类“牛肩肉”和“牛五花”点击率颇高, 另有羊肉、猪肉可以选择。装在日式木漆盒里的新鲜肉品, 随意点上好几盒堆叠成小山状。有专人推着装满蔬菜的小车往返在食客间, 客人可以随心挑选各种蔬菜——冬瓜、金针菇、娃娃菜、土豆、粉丝……

价格: 200元/位/120分钟

地址: 陕西南路35号红房子2楼(近长乐路)

电话: 021-52366038

### 阿久

锅底点了大锅的寿喜锅, 里面的材料非常丰富, 放得满满的。酱汁的味道甜甜的, 最喜欢这个味道了, 很正哦。蘸料配的是生鸡蛋, 而且还是红心蛋哦, 打匀之后蘸牛肉, 口感更加滑嫩。肉类点了澳洲肥牛、奶香牛肉、牛舌、鸭肉和烤鱼卷。最好吃的是奶香牛肉, 入口即化, 牛肉的品质非常的不错。牛舌也很不错, 切得薄厚适中, 而且不容易煮老。

价格: 129元/人

地址: 武夷路351号D1(近定西路)

电话: 021-62333000

### 米哲锅物专门店

这里最有特色的就是米哲黄金米锅, 来自内蒙古大草原的奶香黄金米锅, 口感清香宜人、色泽金黄, 这里的寿喜锅味浓甘香也是非常不错的, 于是这两样就相组合成一个鸳鸯锅底, 很好的一个特色搭配, 分量较少, 但是生鸡蛋很新鲜而且不腥, 点个赞!

价格: 人均90元

地址: 天钥桥路333号腾飞大厦207室

电话: 64269917、64868008

## 川味豪放锅

吃火锅本身就是代表了豪放! 像个“小家碧玉”似的反倒吃不出火锅的精髓。而要说火

锅派系中最豪放的, 非麻辣火锅莫属, 其中以重庆和四川的为佼佼者。发源于江边、码头的重庆火锅, 又叫麻辣毛肚火锅, 皆因原材料主要是牛毛肚、黄喉、鸭肠等东西。在清代的时候, 码头上的苦力们认为这种吃法既能吃饱, 又能省钱, 又方便, 又增加热量, 都非常热衷这种火锅。

正宗的毛肚火锅以厚味重油著称, 以麻辣见长, 属于酱香型火锅。而四川火锅汤底多以鸡、鱼、牛棒骨熬汤, 最普遍是红味火锅。二者最大区别就在汤汁上, 重庆火锅味道偏重, 偏辣, 四川火锅相对较淡, 但追求麻辣的均衡。

### 重庆高老九火锅

新开业不久的重庆火锅店, 位置在亚龙国际广场。装修走的古典风, 木质器具比较多, 还配了山水字画, 灯笼装饰。桌与桌之间间距较宽, 不会人挤人。

麻辣锅十分地道, 绝对辣得爽! 鹅肠和毛肚非常好吃, 高钙羊肉绝对推荐, 骨肉相连美味至极, 大刀牛肝相当奇妙, 煮了一下就变大了, 配上他们的调料, 味道很赞。

价格: 人均80元

地址: 金陵东路500号亚龙国际广场5楼(近8号线大世界站2号出口)

电话: 63339799

### 辣府

辣府位于嘉善路, 靠近热门地段徐家汇, 交通方便。且装修与其他火锅店相比, 显得特别“书香门第”。牌匾上“辣府”两字显得霸气。而里面的装修也是充斥着中国风, 包括椅子、桌子、灯具等都显得古色古香。

有了两位娱乐圈的老板, 自然吸引了许多圈内明星, 而更多吃客更是奔着撞星的心态来到辣府。吴斌、高娅媛、李晨、朱桢、黑人等等明星都来过辣府, 在辣府的撞星率可谓极高。丁晓峰与陶陶也经常出入辣府。如果看到他们想要合影不必害羞, 因为他们有求必应。陶陶说“辣府可以称得上是上海最正宗的四川火锅, 没有为上海人口味进行一点点改变。”

离辣府几百米, 就能闻到一股从辣府传出的振奋人心的“辣香味”。爱辣、或者喜欢挑战的朋友一定要来辣府。据说“辣府”这店名还有“love(爱)”的寓意。喜欢吃辣的朋友会喜欢这里, 尤其是招牌的九宫格锅底, 辣得过瘾, 如果同行的朋友不太能吃辣, 那就点上一份里外两层、两种口味的牛油锅底。劲爆牛肉

丸、蛋饺、雪花牛肉、羊肉、鸭肠等涮品都不错, 营业到凌晨3点, 店内氛围很有吃火锅的热闹劲儿, 来吃夜宵尤其不错。

价格: 人均80元

地址: 淞兴西路248号1号楼(近1919创意码头)

电话: 60719778、60719779

### 刘一手火锅

锅底是从四川空运过来, 当场从塑料密封包装里倒出来, 保证不重复使用。这里的招牌是毛肚, 满满一大盆, 分量很足, 涮后基本不缩水, 爽脆可口。鸭肠、鸭血也新鲜, 倒是肉类没有多大惊喜。PS: 调料要自调哦~

价格: 人均70元

地址: 吴中路1099号吴中商务大楼3楼(近万源路)

电话: 61267299

## 海鲜营养锅

海鲜火锅, 顾名思义是以海鲜为主的火锅, 源于潮、粤、港澳等沿海南方城市。珠三角因为地理优势, 沿海地区盛产海鲜, 鱼类、贝类、虾蟹类等。深谙美食之道的沿海人民, 将海鲜加入火锅中, 追求吃出海鲜的原汁原味, 清淡和营养。

除了海鲜, 南方城市的食客还喜欢涮肉, 这种肉, 不是北方的牛羊肉, 而偏向西化的和牛、肥牛、黑毛猪、雪花牛等贵价肉类。红白相间, 入口即溶的口感, 简直让人无法不爱。

### 小辉哥火锅

辉哥特色牛肉拼盘——肥牛卷、雪花牛肉、牛仔粒和牛舌的组合, 口感和近千元的肯定不能比, 不过属于同等价位里品质最高的。雪花牛肉有漂亮的大理石纹理, 稍微涮一下就能吃了, 挺嫩的。生蚝, 9元一个, 非常新鲜, 涮15秒刚刚好, 鲜香滑嫩。

价格: 人均80元

地址: 1038号梅龙镇广场7楼(近江宁路)

电话: 021-62308060

### 旋香鼎火锅

这里的招牌是酸菜鱼锅底, 上桌就可以吃, 里面还有很多鱼片, 一锅两吃倒是有趣。更有趣的是筷子, 第一次去的顾客可能还不会用筷子, 服务员会指导你“组装”筷子, 有创意。另外, 这里的澳洲雪花和牛不得不点, 分量足而且新鲜。

价格: 人均60元

地址: 中山北路1737号浦发广场三楼A303(光新路)

电话: 61076870

## 养生健康锅

虽则火锅上火, 但大冬天的确实人人爱这暖身圣品, 怎样才能吃得健康呢? 养生火锅就占有火锅界的一大席位了。以中药材为汤底, 不仅香味迷人, 而且根据不同药材可以有不同药效, 还有更赞的一点是药材几乎没有热量, 做汤底简直是0负担, 最适合爱吃火锅又担心长胖的人士。

### 捞王猪肚鸡

招牌做得很大, 靠近居民区, 地方算热闹, 虽然先前对这里的路名还第一次听说, 分为2层, 除了4-6人桌, 私密的就是两排的包房, 进出的时候服务员都会说。“欢迎光临”“走好, 欢迎下次光临”之类的话。桌子当中还有加热的装置, 吃完了还能像涮火锅一样, 这个季节吃没错。点了锅大份的“胡椒猪肚鸡”, 一个煲上桌, 揭开锅盖, 汤体白色, 里面的鸡肉呈现黄色, 小煮一会就开始喝汤吃鸡和猪肚, 因为加了胡椒, 貌似是从云南来的, 味道不冲, 但是正好可以解去一份油腻, 喝一口驱寒得很, 另外蘸料是用多种酱料, 我吃了龟甲万的味道, 还有美极酱的口感, 很鲜, 加了红葱和山东大蒜, 这个调味可以的, 让鸡肉更入味, 本人比较稀饭, 猪肚吃上去也不膻, 性价比不错。

价格: 人均80元

地址: 平利路86号(近灵石路)

电话: 021-56066953

### 三人行骨头王火锅

这是一家主打骨头的火锅店, 以骨头的美味赢得顾客的喜爱。骨头选用的材料都是后腿肉, 骨头有嚼劲, 骨髓也多。骨头锅满满一大盆端上来, 里面的骨头又大, 又结实, 咬起来口感很好, 而且几乎每根都能吸出骨髓。除了骨头, 锅底丰富, 一应俱全, 分量之大有如店名“三人行, 一锅足矣”。而且价格也实在, 性价比蛮高的。最好是多人一起去, 才有意思! 尤其是一次性手套套上后, 手拿起肉骨头, 不要坚持形象, 大口咬上肉, 一口放入嘴里, 鲜鲜、嫩嫩、爽口的味道, 哇! 太好吃啦! 还有吸管吸吸骨头底部的汁, 味道更好哦!

价格: 人均80元

地址: 南京东路819号百联世贸7楼

电话: 63518298、63518268

