

丽江，来一场与美食的艳遇

文 / rainbow



去丽江的人，都期待着能有一份激动人心的艳遇或者邂逅，即便曾经沧海桑田，那种在小资之乡做一个温柔之梦的情结始终如旧。

就连嘴巴，虽然有可能尝遍了八大菜系，习惯了上海小菜的甜腻，能品鉴出西餐的好坏，但是一说起丽江，也很期待舌头能在这个彩云之南的地方，打个好吃的滚。

1号推荐 纳西糕

★推荐理由：正宗的当地口味

★特别提醒：舌头要艳遇，肯定要找寻“当地名流”，不但味道好吃，相貌打扮也要拿得出手。纳西糕就像丽江古城颇有来头的有为青年，内有才华，外有其表，让人不心动也难。

从文昌宫和万古楼方向的石阶上一路逛下来，走到底就是四方街广场。不用走到卖糕点的门口，就已经能闻到纳西糕的甜蜜香味。门前的木椅上，永远坐了很多，因为纳西糕做熟需要一点时间，所以等候的人可真是不少。

付了三块钱，看着纳西小妹把一块白色的米糕放进木制模具里，再撒上特制的花粉和糖之类的作料，放在高温上加热5分钟左右，一块纳西糕才差不多完成。然后，装盒，放在小小的、冰激凌盒一样的小长方形盒中，一块精致的纳西糕就新鲜出炉了。

2号推荐 冰粉凉宵

★推荐理由：街头小吃，更显特色

★特别提醒：如果把纳西糕比作丽江

古城的有为青年，那么冰粉凉宵绝对是当地的民间艺术家。看着其貌不扬，甚至很有可能就此错过，但是一旦尝到滋味，就再也不会忘记。

卖冰粉凉宵的大妈，和半年前我去时见到的，居然是同一个。

作为丽江的著名小吃，冰粉凉宵着实香甜可口。冰粉其实是一种天然果实制成的半透明晶体，凉宵则由米粉做成，形似小虾。冰粉与凉宵一同拌入红糖和玫瑰花瓣做成的玫瑰糖，味道非常特别。我郑重推荐的，就是东巴作坊门前那位老太太卖的，尤为好吃，2元一份。

【其他美食推荐】

黄豆面：在又滑、又筋道的面条中放入被油炸得喷香酥脆的黄豆，然后加上葱、辣子、油和香醋。如果削上几片咸而不腻的火腿片，就着一些嫩绿的葱末儿，就成了这一碗喷香的火腿黄豆面。木府旁边有一家饮食店的招牌就叫做“黄豆面”，比较正宗。

店铺推荐

驴友酒吧

特色：纳西烤鱼

地址：四方街（近新华街）

大石桥小吃

特色：黄豆面、丽江粑粑、烤鱼、鸡豆凉粉

地址：四方街五号大石桥旁

马帮印象

特色：本地地产的新鲜烤红薯和土豆

地址：现文巷内

名菜杂碎



中国第一灶的影子

——小记名厨闻国荣

文 / 阿丁

在国内烹饪界鼎鼎大名的赵仁良大师，素有“中国第一灶”之誉。从上海出去的赵大师现就职于京城昆仑饭店总厨，经常领受中南海国家领导人宴请的烹饪任务，所以，无论从哪个意义上来说，赵仁良先生无愧于“中国第一炉牌”。

早在上世纪90年代前后，赵仁良在上海和平饭店任总厨时，便看爱好徒闻国荣。闻国荣对擅长的沪、粤菜系的深入钻研、创新的追求状态，深得赵大师的赞赏。

赵大师一贯以菜说话，不喜言表，尽管编写过烹饪方面的书籍，但其不善张扬，故深得餐饮界同仁之敬崇。

十多年前，闻国荣先生即师从赵仁良学得一手好手艺，悟得一番真心得。和平饭店13年的从厨经历、鼎盛期黄河路大富豪任总厨的历练，闻国荣始终执著地追求在烟熏火燎中的真滋味，丝毫不愿懈怠！他的菜品已不仅仅

是经济价值的反馈，更有一种超过经济价值的品牌意义的体现。面对师傅的牌子，关注自己的品牌，年逾不惑的闻国荣在今天的东新纺大酒店聚峰餐厅任总厨的7年中，只能朝前，绝不后退。

“新东纺”老总是个豁达开朗的乐天派，对聚峰餐厅的菜肴定位却十分苛刻。他不追求轰轰烈烈的火爆效应，但他提出的“菜要高档，价要实惠”却一直引领着“聚峰”朝雅而不俗、高而不贵的方向前进。

于是，社会名流、港台巨商、影视明星乃至平头百姓，无不都在“新东纺”聚峰餐厅对号入座，寻找一份自己满意的菜肴及美味过后的“合算感”。



【“吃厨师”吃啥】

“吃厨师”是上海滩老吃客的至高境界，然而，吃啥厨师？却颇有讲究。

闻国荣专攻沪、粤菜系，深谙菜肴创新对食客味蕾冲击的持续意义。无论哪家饭店，能持续吸引回头客的，必有一个既具高强厨艺，又有人格魅力的“厨头”。作为“中国第一灶”赵大师的爱徒，闻国荣就像赵大师的影子一样，惟妙惟肖地向“聚峰”的食客奉献出“高贵而实惠”的美味佳肴。所以，不少高端食客，就是冲着闻国荣的厨艺而去。

食客之所看好闻大厨，还在于他传承了赵大师“谦虚好学，不骄不躁”的厨艺境界，他在不断的进取中创新。早在2001年8月，闻大厨参加在广东肇庆举办的“全国粤菜烹饪技术大赛”，荣获个人热菜金牌奖。与此同时，“新东纺”聚峰餐厅参赛的卤菜“鸭掌煲”、烧烤“烤酥方”、点心“象型南瓜”等均获得大赛金牌。

2002年6月30日，他参加在马来西亚吉隆坡举行的“第四届



中国烹饪世界大赛”，他的热菜“蟹粉烩雪蛤、红焖澳洲鲍”又荣获个人赛金奖。

2006年10月，闻国荣荣获中国烹饪协会(CCA)颁发的“中国烹饪名师”荣誉证书(BO50008号)。

当然，荣誉只能代表过去，唯独食客自己的感受才是最真。

可以断言，真正的食客，去三星级的“新东纺”聚峰餐厅找闻国荣大厨不会错！

地址：上海市镇宁路525号（万航渡路口）

订餐电话：021-62265259、62267930

免费泊车位：40个

好吃

周刊

B12 | 吃遍中国

责任编辑 / 吴萍

视觉设计 / 罗杰

2007年6月7日 星期四

E-mail: wup@wxjt.cn

中产食尚

新式中餐的奢华体验

如果要对“新式中餐”作个最简单的定义的话，那就是中国风味加西餐烹饪，再加上别出心裁的创意。如果要让你的味蕾经历一场从视觉到味觉的奢华旅行的话，请带她去锦庐。

“前调”即前菜，“悠游”是海鲜，“行吟”为肉类，“终曲”亦甜品……只是看菜单已让人浮想联翩。“锦庐”的行政总厨邵庆宏算得上是国际美食领域的明星人物，曾参与接待过多名国家首脑的重大宴会。他巧妙融合了东方和西方的饮食风格，并以现代艺术的形式来表现。

家家都有鱼池鲍鱼，“锦庐”采用新鲜鱼翅和高科技作业法，不使用任何化学物质，使鱼翅原有的胶原蛋白得以完整保存。而凭其数十年精益求精的研发，有着无可挑剔的质量的“许榕干鲍”香味浓郁，口感软糯，加上独特的烹调方法，令人的味蕾享受提升到了一个新的世界。

有人说喜欢去高级餐厅找情调是因为喜欢那种无为而治的统一：充满设计感的桌椅、精致的餐具，以及时髦前卫优雅动人的男男女女，配合着微酸、辛辣、香甜、咸鲜的味觉享受，让人忘了繁忙，感受悠闲，想起快乐。与三五好友或是亲密爱人打开一瓶Zwiesel红酒，品味着“新式中餐”的美味，享受美食与艺术的巧妙融合，一定是这个夏天里最美好最浪漫的回忆了。

电话：64451717

地址：茂名南路59号
锦江饭店北一楼内



● 中西融和的咖啡排骨

老北京前门烤鸭店

秘制酱料 红鸭系列 祖传全鸭宴

外埠店：河南南路1号（近延安路口）
电话：63734515 63734638
虹梅店：吴中路1050号（近莲花路口）
A座1-3楼（近莲花路口）
电话：64650707 64650808

绿杨邨

第一批中华老字号企业，国家特级酒家

特色菜肴：
干烧明虾、蟹粉狮子头

天厨妙味绿杨春

上海绿杨邨酒家
地址：南京西路783号 电话：82504422
上海绿杨邨小馆
地址：江宁路77号 电话：62186787

永嘉别墅 君悦酒店

新推君悦虾仁饺皇、飘香榴莲酥、鳗鱼酥、蟹粉烧卖、堂食28款港式点心

全部5折

地址：永嘉路628号
电话：54681177、54681188

天天渔港 天天美味

浦东店
地址：崧山路508号
订餐电话：62684177
打浦店
地址：徐家汇路548号
订餐电话：64310277
徐汇店
地址：大阳桥路123号5楼
订餐电话：64384377

新麦西饼

新麦碳烧系列 中秋碳烧月饼

电话：021-65750810

聚峰餐厅

燕鲍翅、沪粤菜只只上品 名厨打理 品质高 菜价实 二全齐美 沪城罕见

家宴、婚宴、生日宴——席席生辉，实在看得见

地址：镇宁路525号（万航渡路口）
电话：021-62265259、62267930