

『新外滩』全新亮相 美肴、美景、美乐

文 / 丁汀

初冬的外滩，暖暖的冬阳下，照样熙熙攘攘着国内外如织的游人，欣赏万国建筑风韵之余，便自然来到坐落在黄浦公园边上的“新外滩酒家”就餐。

前不久，“新外滩”为适应日渐见好的上座情势，全面新装店堂。金黄色的琉璃灯柱，泛着柔和的光，既给人以温馨，又虚隔了客人间的空间；包房区沿壁排列的佛像与象征“东来紫气”的清一色紫色台布相互衬托，透出浓浓的佛文化气息……

“新外滩”不仅具备一流的内外景色，其独家创制的“创新家常菜”系列，同样博得了中外游人、生日宴聚、情侣小酌们的青睐，且人均消费 70-80 元，绝对是“白金地段大众价”的典范了！

“新外滩”为适应客流的地域分布，配备了多种菜系的菜肴，除了经典的本帮菜之外，还有适合洋人的金牌特色菜、适合港澳台地区的金尊港式烧味，当然，高档的燕鲍翅、蟹粉系列、大众的川湘菜等菜系均可在这里得到口福。其菜式之多，颇有“国际餐厅”之感。

上乘的菜肴太多，就择要给食客推荐几

名菜杂碎

淮海路“藏书羊肉节”鲜辣入味

文 / 华都

冬天里的羊肉是广大吃客时刻念叨的一道美味佳肴。

藏书羊肉就是一道不折不扣的秋冬季滋补美食佳品，至今亦有“冬吃羊肉赛人参，春夏秋食亦强身”的说法。每年北风呼呼，各方吃客云集苏州木渎藏书乡，街上羊肉店家家爆满，羊肉卖得锅底朝天。羊肉拼盆、松仁羊米、红烧羊肉、原汁木桶羊肉、羊肉水饺、竹香羊排和羊肉春卷等，这些富有姑苏特色的“全羊宴”成为吃客在冬季不得不吃的滋补暖身美味。

为此，淮海中路 158 号二楼“湘巴佬沪湘情”特意在初冬时分把苏州木渎藏书乡的羊肉端上时尚淮海中路，举办“藏书羊肉节”，特派专业人员去藏书选购正宗羊肉到上海。藏书羊肉味鲜可口，更有烹制秘方。首先选羊以二岁龄羊为优，煮一个半小时，煮出来的肉不硬也不烂，最后适时加入适量的特制调料，一碗热气腾腾的汤加鲜美润热，香气四溢，羊肉细嫩滑口，再配上各人喜好的葱、蒜、酱等佐料，真是百味杂陈，令人回味无穷。除了羊肉汤，山羊身上的脑、眼、舌、腿、肝、肚、鞭、血和睾丸等，经过特殊的烹饪手法，将曾经的杂碎变废为宝。

为了方便食客，“湘巴佬沪湘情羊肉节”专门推出美味“藏书羊肉节”特色鲜辣佳肴。邹师傅和刘师傅各拿出擅长的羊肉佳肴。

白切羊肉 价格:38 元/例。选用新鲜羊腿肉，小火焖至酥烂，然后冷冻成型，切片，装盘，吃时蘸自己秘制酱料。口味咸香、鲜嫩，适合秋冬滋补。

红烧羊肉 价格:58 元/例。选用新鲜木渎羊肉，加入香料，小火焖到酥烂。口味咸鲜微甜，微辣。

羊杂锅仔 价格:48 元/例。选用新鲜羊肚、羊心和羊血等，加上上好羊汤，烧至上桌时再加入青蒜末。

藕夹羊肉 价格:5 元/只。把新鲜木渎羊肉，加工成羊肉茸。用藕片夹好，再加糊炸成羊饼，蘸酱吃，味道独具一格。

鱼羊鲜 价格:48 元/例。选用新鲜羊熬成



流水席

鲜美的千岛湖有机鱼头

款新口味吧：

千岛湖有机鱼头。此菜引进中国名牌农产品“千岛湖淳牌有机鱼”，一鱼可四吃：1.半只鱼头干烧，味咸鲜；2.半只鱼头做汤，汤醇味鲜；3.中段做糟溜鱼片，糟香浓郁；4.鱼尾巴活肉做红烧划水，典型的本帮拿手菜。为确保原料正宗，酒家每天从千岛湖进鱼。在绿色健康意识超过价格对比意识的今天，此鱼当然大受欢迎，何况，每斤也只不过 58 元。

竹网鲰鱼。经过秘制调料腌制的鲰鱼用喷香的京葱茎叶包裹，象征渔家风情的竹网上下二层夹住，炙烤后的出品，葱香鱼鲜，肉质细嫩。口感咸鲜，真是一款食之不厌的好菜。

金丝澳带。一款颇受洋人喜爱的西菜，外层是金色的土豆丝如草球般地张扬着诱人的色彩，中层是由芥末、炼乳、卡布奇妙酱组合的调料包裹着内里鲜嫩的澳带。几乎成了洋人食客必点之菜。当然，不少年轻的国人也很喜欢。

孜然肥羊。冬令既滋补又美味的上乘佳肴。来自内蒙古的羔羊，片片肥嫩，香气十足，咸鲜加肉鲜，肥而不腻，此菜尤受男性食客欢迎。

脆皮黄瓜。经高厨改刀的瓜片，张张薄而脆爽，口感略酸甜，极具开胃之功，不少食客吃了还点。绝对是一款佐酒好菜。

“新外滩”除精彩纷呈的好菜外，每晚还有一支老年爵士乐队为食客助兴，无论中外名曲，流行歌曲，抑或生日宴会，均可免费点曲。5 位平均年龄在 80 岁的“老克勒”演奏员个个精神饱满，艺技了得，尽现老上海上流社会贵族就餐的氛围。（餐厅信息见 B12 版）



丝丝入味烤羊排

羊汤，加入河鲫鱼同时炖成鱼羊汤，味道鲜极。

湘味烤羊排 价格:68 元/例。选用新鲜羊排，经特别调料炮制后再炸脆，撒上孜然、芝麻等，味道好得没有话说。

炒羊肉丝 价格:38 元/例。选用羊里脊肉切丝，加入新鲜配料炒透，一农家小炒上桌了，家常味道。

铁板羊肉 价格:48 元/例。选用羊精肉，经上浆，和上洋葱炒熟，放在烧热的铁板上，气氛好，味道更好。

砂锅羊肉 价格:78 元/例。用新鲜羊肉，加上湘菜调料，用煮熟炖烂的湘菜烹调方法。此菜香辣可口，暖胃又滋补健身。

干锅羊杂 价格:68 元/例。选用新鲜羊杂，加上八角、桂皮、香叶和干椒等，再加上湖南特制酱料秘制而成。此菜口味咸鲜，辣香入味。

孜然羊肉 价格:58 元/例。这是一道湘菜，刘师傅特别推荐的佳肴，羊肉片味道焦香鲜嫩，香辣扑鼻，吃一口食欲大开。

温暖冬日，“湘巴佬沪湘情土菜馆”推出以上特色羊肉佳肴，还吃 100 送 50，优惠多多。

开车到“湘巴佬”吃饭，可以把车停在普安路曙光医院停车场，价钯实惠。普安路桃源路口也有停车位。金陵中路普安路口的延中绿地地下车库价钯也可以。品尝这么好吃过瘾的香辣羊肉一定要喝点小老酒，那就把车停在家里。轨道一号线到黄陂路站下来是最快捷的线路，上走到淮海中路就可以闻到“湘巴佬”的羊肉鲜辣味了。

（餐厅信息见 B12 版）

中产食尚

厨艺大师边品边评，挑选厨神

文 / 聪聪

这两天，大宁国际商业广场堪称“色、香、味”俱全，吸引了来自大陆、香港、台湾、澳门、新加坡的厨艺大师们，他们来这里赴一场“大宁美食群英会”，品鉴、点评大宁国际诸多餐厅大厨们的菜肴，在他们中间挑选“厨神”。下面，我们将得奖作品介绍给大家。

雍丰酒家(最佳厨艺奖)

金鱼素鲍

食材解密：白灵菇、雪蛤、血燕、西芹；上汤、旧装蚝油鲍汁

【大师点评】素鲍形态逼真，素鲍色泽红亮，鲍汁味浓；组合健康，味香，入口感觉润滑。

葱香虾籽辽参

食材解密：辽参、京葱、小棠菜、虾籽；蚝油、生抽、老抽、糖

【大师点评】色泽鲜亮，口感爽滑，口味鲜咸微甜。这是一道传统的山东名菜，有助于降低胆固醇，伴有浓浓的葱香味，质感衬托了形态。

金唐年代(最佳营养奖)

金唐翡翠鱼盖

食材解密：鱼肉、木瓜丝、生芒果丝、红萝卜丝、生菜片

【大师点评】入口清爽，感觉就像色拉。制作时不用味精，但味道依然鲜美。

甜菜三宝蔬

食材解密：南瓜、胜瓜、梅菜、娃娃菜

【大师点评】三种蔬菜搭配在一起，配上梅菜，清淡但有造型、有营养，选用的食材在市面上极其常见，菜要做到这样“华而实”着实不易。

蝶翠轩(最佳创意奖)

糟香桂鱼卷

食材解密：桂鱼、虾胶、菜心；调料，糟卤、鸡汤

【大师点评】桂鱼在外，里面包着虾胶，轻轻一嚼，弹性十足。桂鱼的造型一点都没破坏，大师们纷纷称赞它是一道大气的传统菜。

芝士焗龙虾

食材解密：澳洲龙虾、意式通心粉、进口芝士、鲜奶、牛油

【大师点评】婚宴上的名菜，45 分钟的火候控制得正好，芝士的量适中，牛奶不多不少，澳洲龙虾下“藏”着浸在芝士和奶油中的意大利面，味道香浓甜美。

旺池川菜(最佳风味奖)

旺池老坛子蟹

食材解密：膏蟹、乌东面、老坛子泡菜

【大师点评】蟹配上在老坛子中浸泡许久的泡菜，有点辣，是一道地方风味浓的家常好菜。品尝完鲜嫩的蟹肉，还有一道用蟹汁做汤、精心烹任的乌冬面，回味依旧。

芦笋银鳕鱼

食材解密：银鳕鱼、芦笋、小米椒

【大师点评】咸鲜微辣，趁热吃，吃出银鳕鱼的好味道。

珍湘新概念(最佳传承奖)

迷踪鸭

食材解密：肥草鸭一只、烤板栗半斤、风味豉豉、整干椒、白芝麻、西芹丁

【大师点评】一口咬下后，几名大师不约而同赞其为一道下酒佳肴。喷香、酥软、稍带辣味的迷踪鸭配上板栗，营养价值高。

双味鱼头

食材解密：黑仔母花鲢鱼头一只、自制剁椒、酱椒豉豉、蒸鱼豉油、紫苏

【大师点评】原料全部来自湖南，菜肴级别属于招牌菜。一个鱼头两个味、一个鱼头两种色，肉质细嫩。香、鲜、辣俱全。大师们竖起大拇指。老板介绍说，鱼头食用后佐以面条口感更好，而且在上海的双味鱼头还专门根据上海人口味调味。

乐天小厨(最佳风尚奖)

双冬草羊煲

食材解密：山东黑皮雄性草羊

【大师点评】用香港传统方法烹调，是冬令合适的进补御寒佳品，偏广东口味，温补不会太燥热。

凉瓜皮浸鱼

食材解密：淡水鲜鱼生拆鱼肉加虾米腊味粒、鲜虾、手工制成



鱼胶和新鲜凉瓜煮在一起

【大师点评】一口咬下去，鱼鲜十足，还带有淡淡的陈皮香味，是清热去火之上佳选择

Wing 翼 CAFE & FOOD

(最佳人气奖)

西式烧烤牛仔腿

食材解密：香辛调味料和法国芥菜与脂乳牛仔腿一起腌制，再入焗炉焗熟

【大师点评】大师们笑称这道菜最大的特点就是价廉物美，68 元一家三口吃足足有余。造型、口味名副其实。

快乐牛扒

食材解密：将各种调味料与牛扒一起腌制，煎完后撒上黑胡椒。

【大师点评】黑胡椒味浓。

金兰阁(最佳口味奖)

冬阴功海鲜汤

食材解密：香料配料都从泰国直接空运到上海

【大师点评】色香味保存泰国传统风味，所有材料都是按照泰国古法秘制，火炉及各



种工具也是从泰国定制。冬阴汤堪称泰国“国汤”，和日本的味噌汤、韩国的大酱汤地位类似。料足汤鲜，鱼片、大青口、鱿鱼卷占去半碗空间。一匙鲜汤送到口中，酸辣四溢，回味浓郁，令人胃口大开。

泰式咖喱炒蟹

食材解密：精选特肥膏蟹，配以泰式名厨独有手法的处理及泰国全进口的原材料。

【大师点评】尽管厨师个个来自泰国，但蟹中的咖喱不像担心的那么辣，原来为了适应当地人的口味，厨师们特地去掉个中辣味。

汉泰东南亚风味餐厅

(最佳组合奖)

咖喱皇炒膏蟹

【大师点评】金黄色的炒蟹，蟹肉鲜嫩、咖喱浓香、蟹黄色泽鲜艳饱口感饱满。这盆蟹的风格和金兰阁的咖喱蟹有些不同，咖喱味重，口感微辣中带甜，咖喱味与椰味同样香浓，汤汁是拌饭的好料

炭猪颈肉烤

食材解密：精选上等猪颈肉，以东南亚独特的调料腌制后炭烤成。

【大师点评】口味偏重，有嚼劲，但吃起来爽口，不油不腻。

相关链接

大宁国际商业广场位于共和新路大宁路口，轨道交通一号线延长路站，是上海首个集购物、美食、文化、娱乐、办公、商务酒店等功能为一体的时尚新地标。各种错落有致的建筑及风格各异的露天广场，白天阳光灿烂，晚上灯火通明。在大宁，逛累了，可以看电影，吃饭；爱唱歌的，也有地方一展歌喉；爱美的，则可以去发型设计中心。男女老少，各取所需。