

喝健康茶

从丰庄开始

上海市曹安公路1611号（丰庄路口）

Tel：60257115 60257116

興閣

主售：宜兴紫砂 佛像艺术

丰庄茶城1B25号

Mp：13120810808

新红袍

主售：正山小种 金骏眉 大红袍

丰庄茶城1C05号

Mp：18621058552

茶客

主售：云南普洱 瓷器

丰庄茶城1B09号

Mp：18601633742

周末,邀三五亲朋,自驾去苏州或者杭州逛街、看风景、发呆、打牌、吃饭,已经成为一部分上海人的生活方式。相比之下,同样被视作上海后花园的无锡似乎要冷落些。这一方面固然与无锡的地理位置有关,无锡的鼋头渚虽以太湖最美处著称,但是休闲之人乐水,近处的吴江同里湖、苏州东山西山的太湖、甚至青浦的淀山湖、昆山的阳澄湖都是不错的选择,何必舍近求远跑无锡去呢。当然,还有一个重要的原因,就是作为休闲放松,尝美食是旅游一个非常重要的内容。尽管上海滩是一个集中外美食于一炉的城市,但无锡的美食历来不足以吸引到上海人驱车几个小时上百公里前去品尝。几代生活在上海的上海人几乎都记得无锡的酱排骨、小笼包、清水面筋这些特产,偶尔路过无锡也会当做手信带回自享或送人。不过若不是祖籍无锡或者与无锡紧邻的常熟等地人士,很少有人会认为无锡的酱排骨、小笼包会比绍兴的梅干菜红烧肉、南翔的小笼汤包更好吃,更不会在一张饭桌上因为面筋好而选择无锡的面筋塞肉而弃扬州狮子头或者潮州的肉馅鱼丸的。对无锡菜较为一致的态度就是太甜,酱油太红,吃着有点腻味,而且,从前的无锡城里其他菜系的风格菜不多,吃来吃去本地特色浓郁。所以尽管杭州距离上海的路途不比无锡近,又一个西湖再加上集宁绍菜系特征又兼顾北派官府口味的杭州菜,以及南北汇聚的各种小食山货,足以胜过蠡湖风光和惠山大阿福的吸引力了。

然而,随着无锡滨湖旅游度假区风景区的建设越来越完善成熟,去无锡滨湖区度周末也成为许多上海人的选择。

无锡滨湖区位于无锡市西南部,这里曾是吴文化和近代民族工商业的发祥地,也是现代乡镇工业的发源地之一,一条绵延80多公里的太湖湖岸线汇集了无锡80%的旅游资源,灵山胜境、央视影城、鼋头渚、蠡园公园等一大批耳熟能详、驰名中外的景区景点皆坐落在此。

但其实只要到过滨湖的人在尝过了滨湖的特色美食后,其赞美程度丝毫不亚于灵山、太湖这些耳熟能详的胜景。

滨湖区的特色美食是围绕着水文章发展壮大起来的。早在上世纪80年代,一条“太湖一日游”的经典线路,吸引了包括上海在内的无数四海宾客前来。正是在此期间,滨湖的湖鲜和船点也随之声名远扬,开启了滨湖特色美食之旅的大门。太湖三白——银鱼、白鱼和白虾成为食客必点的经典湖鲜船菜。

进入新世纪,随着旅游业的拓展,滨湖美食作为风景区重要配套行业也进入了快速发展通道。湖鲜特色风采依旧,环湖的农家菜异军突起,随着万达商业广场、湖滨路商业街等城市综合体的兴起,各路餐饮名品纷纷汇集于此,并巧妙地融合了滨湖本帮菜肴的精华,创出一大批集天南海北美食于一炉的特色菜,适应不断增加的各地到此旅游者的需要,由此形成了滨湖美食的第三股势力。

于是,整个滨湖美食形成了以马山地区(湖西)为特色的农家菜系列,以大浮地区(湖东)为特色的湖鲜

无锡滨湖的美味



草根小吃

到一个地方旅游,找正宗好吃的小吃一定要去这个城市最草根的地方。美食评论家沈宏非来无锡,为了小吃专门放弃了高星级酒店的大餐,专程跑到菜市场呆了3个小时去找无锡人最爱的特色小吃。在他看来,“厨师分级别,食材不分,每天吃着山珍海味并不意味着这种生活方式很高贵。大味必淡,往往在最闭塞的厨房里,才能尝到最好的人间味道”。

- 梁饭凌阿姨:水秀中学旁小区十字路口
- 牛肉锅贴 VS 伊斯兰酸辣汤:稻香菜场一排杂货店中间
- 阿凤鸭血小馄饨:稻香菜场内
- 稻香大饼油条:稻香菜场内
- 葱油鸡子大饼:水秀中学旁小区十字路口
- 健康面店黄花菜拌面:稻香路
- 福乐红汤辣开洋拌馄饨:惠河路四院对面
- 超王记馄饨小笼:周新路邮局旁
- 熙盛源馄饨小笼:万达广场万千巷
- 笑来喜馄饨小笼:湖滨路美食街
- 鼋头渚广福寺素面:鼋头渚景区内广福寺
- 梅园开原寺素面:梅园景区内开原寺



系列,以万达广场、湖滨路商业街、新东广场、酷悦商业街等商业街区为特色的综合性美食系列,以太湖饭店、湖滨饭店、西郊宾馆等宾馆酒店为特色的本帮美食系列,以稻香市场、荣巷市场等为特色的小吃系列等五大美食品牌,国内各大主流菜系,以及烧、烤、炸、蒸、炖、煎等各类技艺的饭店在滨湖均可找到。此外,灵山精舍的素食素斋、东绛的龙虾一条街、松铃楼原汁原味的日式菜肴等,也都是滨湖区美食界中的精品。

马山农家菜

马山地区以农家菜为特色,主要分布在以灵山景区周边、龙头渚景区周边和十里明珠堤沿线。大都以山庄、渔村的面目迎客。每个山庄或者渔村都各有特色。或坐拥太湖

的经典水湾,或提供乡村体验式的服务。目前共有踏青农庄、慕湾农庄、桔湾农庄、湾底里农庄、龙头湾、禅林山庄、宜民山庄等7家农家乐景点。同时,马山地区还拥有汇缘酒店、易来利、马山人家、江南渔村、渔阿婆、船菜馆、水乡农家、俺家小厨、八仙雅居、鑫隆酒家、渔村酒楼等11家专营农家菜的特色饭店,主要特色菜品有:炒蟹糊、海参肉、红烧筒肠、青笋烧白鱼、葱油激浪鱼、银鱼豆瓣、蚬子汤、农家马山芋、马山老豆腐等,其中,炒蟹糊和海参肉是当地农家奉为经典的菜肴。所谓炒蟹糊,其实是用豆腐和肉糜加荸荠制糊状,里面根本没有蟹肉,但是因为这道菜营养丰富,口感绵软鲜嫩,非常适合牙口不好的老年人和虚弱的产妇食用,所以当地的农家也将这

道菜称为孝菜或者子孙菜。而海参肉自然也不是真的海参,而是以湖鲜代替了。

大浮湖鲜

在滨湖的大浮地区,美食主要以湖鲜为特色,分布在从唐城景区到红沙湾生态园沿太湖一侧的山水西路两旁的酒店,借着沿湖的独特优势,就地取材,将新鲜的太湖湖鲜起水后直接使用。食客可以在这里一边欣赏太湖美景,一边品尝正宗地道的太湖湖鲜——春天的螺蛳、银鱼、夏天的白虾、秋天的白水鱼,一年四季都有的塘鳢鱼和翘皮鱼。且由于这里水域流急,鱼虾肉薄味鲜,没有人工养殖的肥腻。目前,大浮共有湖边饭店、景园湖鲜馆、华夏饭店、凯悦湖鲜馆、山明湖鲜馆、金

湖湖鲜馆、聚福楼、亮河湾、桔园饭店、南苑宾馆等各类湖鲜饭店10多家,最常见的特色菜品有:湖鲜甲鱼火锅、活呛虾、红烧萝卜太湖杂鱼、清蒸野生太湖石鲫鱼、油爆太湖梅鲚鱼、暴腌白鱼头等,其中,湖鲜甲鱼火锅和清蒸野生太湖石鲫鱼只有在大浮才能品尝到。为适合全国各地来的游客的口味,这里的湖鲜在烹饪口味上也有很大的改进,以往典型的无锡甜味口感几乎绝迹,倒是麻辣、鲜辣、原汁原味清蒸等方式成为当家烹饪的方式,即使红烧菜也少有体现锡菜风格的,酱油虽红,糖分却大大减少,且大部分红烧菜里都有辣椒、葱蒜等辛辣成分。这是有生意头脑的无锡人适应市场经济的结果。

湖滨路商业街

就如所有的旅游度假城市会建商业街一样,无锡滨湖区也建有一条商业街,全长1100多米,是中国步行商业街工作委员会认定的无锡市首条“中国特色商业街”。街区自2008年开街运营以来,已成功引进了各类商户1200余家,其中餐饮企业众多。有:主营本帮菜的夏联福记大酒店、沪锡人家、提篮菜馆,主营粤式台式的旺角金阁、湖滨印象餐厅、金海滩大酒店、富港记,主营川菜湘菜的五斗橱川菜馆、江南人民公社、干锅居、渝派富豪、麻辣煮艺,主营火锅焖锅的黄记煌三汁焖锅、紫麒麟自助火锅烧烤、许府牛杂、小肥羊、捞王猪肚鸡,主营综合性菜肴的一品渝香干锅鸭头、元龙壹家大酒店、杜府牛头馆等。这些餐饮企业各显神通、各抱绝活。一次美食大汇展,家家端出的看家名品没有一样是重复的:沪派富豪镶着寿司围边的酱烤银鳕鱼、夏联福记用豆腐制成恐龙蛋形状的秘制迷你香、杜府牛头馆的金牌牛头、潘大福的荠菜炒年糕和臭蛙鱼、湖滨印象馆的台湾汉宫姜母鸭、提篮菜馆的鲜椒麻香鸡等,菜色丰富多彩、摆盘造型精致生动,常常让食客流连半天,食指大动,又因为太多而难做选择。

九龙湾乡村家园

九龙湾乡村家园近邻马山地区,是十八湾风光带上的一处重要景点,也是滨湖区七大全国农业旅游示范点之一。景区占地1200余亩,有着田园山水之美,又有修竹茶园之秀,整个生态园以生态绿色为基础,文化品位为内涵、商业性休闲为落脚点,游客可在此休闲居住、品茶、采摘、垂钓、登山、竹筏等项目,同时体味特色美食。

九龙湾乡村家园的农家菜在选材上要求颇为严格,采购主要是以农民自种的粮食,放养的土鸡、家畜、蛋类,农田直接采集的各种新鲜蔬菜,河流湖泊里直接打捞上来的鱼虾类,包括一些野生的土特原料。如:绿壳鸡蛋、土鸡蛋、蕹菜、地衣、石耳、竹笋、野生太湖白鱼、野生甲鱼等。其在保持菜品原有口味和神韵的基础上进行了革新,摒弃农家菜油乎乎、咸乎乎、黑乎乎的传统形象,尤其在使用调味品上,尽可能地做到少放油、少放糖、少放或不放味精,尽量按照农村人家传统烹饪方法进行烹制。主要特色菜品有:九龙湾土鸡煲、竹笋蒸咸肉、红烧野生桂鱼、酱椒鱼头王等。 文/弓之长