



流水席

微波蛤蜊鲜啤酒——幸福中国之青岛人的口福

文、摄\蔡久饭



腔调十足的街头烧烤



料多量足的崂山樱桃



龙井茶香鸡——修身养性派

第一次吃龙井茶做的菜，是在杭州西湖边上的楼外楼。但因为虾仁本身是清淡的口感，加了这茶叶的味道，口感更加清飘飘起来。有人吃龙井虾仁的时候要略蘸点醋，可这一蘸，就蘸得茶叶味道全无了。因为这些经验，这次在“外婆家”点龙井茶香鸡的时候，有点犹豫，但毕竟是网友推荐的外婆家的头牌菜，无论如何要尝。

菜上来，热腾腾的味道扑面而来，很是浓郁，却没有丝毫腥腻，比鸡肉的味道清淡，比茶叶的味道鲜活。我探头看了一下，每个部位都很鲜嫩，却几乎没有汤汁。这菜我还没吃，就知道它成功了一半。

我用筷子夹了一块胸脯上的肉，尝了第一口。选择这里的肉下手也是有道理的，这道龙井茶香鸡的做法应该是要把茶叶和鸡肉的味道融合在一起，相得益彰，有没有融进去，吃一口胸脯肉就知道了，这里的肉最难进去味道。果然，是酥香略淡的。于是我开始大胆地去吃鸡脚和翅膀，这样的部分应该是最入味道的。接着，我又把筷子往装菜的陶罐底部伸了伸，不出所料，底下的鸡肉有点沾在容器上，应该是收汁的结果，口味重的人建议吃靠下面的肉，不过我有点消受不了，因为有点像做成了的盐焗鸡，但要是拌饭，那就是一流的了。

我只能说，这是只修身养性、喝茶论道的鸡，美的是，它还不失丰腴。

舍鸡其谁



PK

文\牛蒡姐姐

椒麻鸡——刚正不阿派

这算得上杭州江南忆青年旅社的招牌私房菜。这家本来用来给住店的人提供饭食服务的，因为兔子姐姐的私房手艺，居然成了杭州城的热门餐厅。

椒麻鸡上来的时候，我以为弄错了，因为只看到辣椒和大葱。拨开一看，原来拆散的鸡肉浸在浓郁的汤汁里。这个和我中午刚在外婆家餐厅吃的龙井茶香鸡正好是两种路数。它不想把任何味道做到鸡肉里面去，只想做出好的汤汁和浇头，拌来吃。这种烧法的难度倒偏偏不是如何把汤汁做好，而是要保持鸡肉的鲜嫩多汁，保持鸡肉原来的味道。

若是你吃的时候，不小心把花椒吃到了嘴里，让嘴巴过度麻木一下再正常去吃这些鸡肉，正符合这道菜的本意。它的调味过程恰恰在咀嚼的时候才开始，不像龙井茶香鸡那样，是在烹饪过程中完成的。所以那些大葱或者辣椒也就不仅仅是为了增加视觉效果，你可以根据自己的承受能力来选择尝试一下这些作料，像我一样，试着把葱和一小块鸡肉同时送入口中，这和很多西菜菜式喜欢把菠萝或者橙子粒和肉配在一起是一个道理。

我也只能说，这是一只爱喝白开水的鸡，有一天，和椒麻汁有了场天作之合。

小资食堂

平价海鲜,乐活人生

“LOHAS”——“健康可持续性的生活方式”。一个真正的“乐活人”，消费自然会考虑到自己和家人的健康以及对生态环境的责任心。不吃贵的，只吃对的，请尽量选择有机食品和健康食品食用噢。

【同君福大酒楼】

200 多平方米的海鲜池，大型自选菜肴展示柜，同时拥有 300 多个车位超大型停车场。

地址：曹安路 1500 号(近祁连山南路)
电话：021-69187070

【金煌海鲜酒楼】

以平价海鲜超市为特色，“椒盐大王蛇”“秘制红烧肉”是受欢迎的特色菜。

地址：兰溪路 473 号(铜川路口)
电话：021-52663337

【大宴楼】

5000 多平方米具有欧陆风情的主题餐厅，每天空运海南岛野生海鲜。厨师长特别推荐新潮菜：香辣麻鸭。

地址：曲阳路 701 号(中山北二路口)
电话：021-55387799

【海洋风情餐厅】

以海洋文化为主题，全力营造出充满海底世界幻想的用餐环境。

地址：龙茗路 924 号(近闵行体育场)
电话：021-34171857

【粤西庭湛江酒家】

以湛江特色、粤菜、泰国菜、川菜为主，海洋牛奶(生蚝)；湛江花蟹，湛江著名海鲜特产之一，都是其特色。

地址：北京西路 1124 号(江宁路、陝西北路之间)
电话：021-62535082



港式美味——一颗平常心

到香港吃海鲜自然是一件天经地义的事情，然而更具平民色彩的是街头小吃如鱼蛋、烧香肠、豉油王鸡腿、花生酱薄饼，通常在闹市区如铜锣湾、旺角遇到。这些小吃用纸袋包着，买来之后一般只能站着吃或者边走边吃，餐具十分简单，往往是一支竹签，但这些毫不妨碍吃得津津有味。经常在香港市井电视剧中见到的大排档，生意也相当火爆。香港有十分奢华贵气的一面，然而世俗市井的另一面更接近于生活的本来面目，更让人动容。

在狂走香港四天之后，我已习惯于满大街的茶餐厅与甜品店，享受着它们的快捷与便利。茶餐厅是地道的香港发明，平民、本色而且贴心。如果你走进一家茶餐厅，一定会有一张详细的菜单，一般都是不同类别的套餐，这些套餐完全替顾客考虑，提供了一餐所需的营养，既有米饭、主菜、蔬菜，还有广东菜里非常讲究的老火靚汤，也有一些常见的甜品。

据说茶餐厅有大半个世纪的历史了，正是中西文化的交融，茶餐厅才得以形成。香港人受到英式生活风尚的影响，但脾胃不大适应纯粹的咖啡面包，且西餐收费昂贵，于是乎，咖啡混着奶茶，面包里面夹着黄油——这就是没有菠萝的“菠萝包”——便应运而生，绵延不绝，现在中国任何一个大中城市，恐怕都有几家茶餐厅了。茶餐厅的功能也扩展开来，既可以喝咖啡、饮茶，也可以吃简餐，亦可以吃甜品，林林总总，全部包括，显示出极大的包容性。茶餐厅也有一些混合中西西餐的菜品，如“干炒又烧意”，是用酱油炒意大利面，再拌上广东叉烧，不得不佩服这样绝妙的搭配，有相当好的口味。在这些饮食背后，是香港既中又西的快餐文化，也是香港人的性格，他们快速、实惠、通融的价值观。文\秦玉兰