

揭开青海美食的神秘面纱，盘点6道必吃的名菜，你吃过几道？

你心中的青海，是一幅怎样的画卷呢？是地图上那只灵动的玉兔，还是那片与天相接的青海湖，国内最大的内陆咸水湖？又或是全省五分之四以上的高原之地，诸多大江大河的发源地，如长江、黄河、澜沧江、黑河、大通河都从这里流淌而出。

在我眼中，青海不仅有壮丽的自然风光，更有深厚的人文气息，尤其是那些令人垂涎欲滴的美食。

今天，就让我为你揭开青海美食的神秘面纱，盘点6道必吃的名菜。这些美食，每一道都是青海的瑰宝，是无数食客的心头好。你是否已经跃跃欲试，想要一尝究竟了呢？

1.青海牦牛肉

这道美食，堪称人间绝品，别处可是无法寻觅的。为何如此独特呢？关键在于其选用的牦牛，唯有在青海那高寒之地长大的牦牛，才是这道菜的灵魂食材。牦牛肉，肉质鲜嫩，滋味醇厚，营养价值高得让人惊叹。

它不仅能增强人体抵抗力，更能让人的身体愈发健康。当地人常常以牦牛肉佐酒，搭配青稞酒，那滋味，让人一尝难忘，成为当地人心头的一道佳肴。

而在遥远的西欧，牦牛肉同样享有盛誉，被誉为“肉牛之冠”。这不仅仅是因为牦

牛肉的美味，更是因为牦牛生长在高原，以高原上的虫草、贝母为食，其肉质的营养价值远超其他品种的牛。这样的牦牛肉，不仅口感绝佳，更是大自然的恩赐，让人倍感珍贵。

2.青海酿皮

在青海的大地上，酿皮是一道闪耀着地方特色的美食，它如同璀璨的星辰，在西宁各镇的小摊贩上熠熠生辉，吸引着每一位过客的目光。

酿皮的世界里，有三种佳品：溜酿皮、兰州酿皮、高担酿皮，每一种都拥有独特的口感和风味。

酿皮的制作过程堪称艺术，绿豆面、高粱面和麦面，在温开水的怀抱中化作面团，经过一番揉捏和拉伸，最终变幻为薄如纸片、绵软润滑的美食。搭配上筋道的面筋、醋的酸爽、辣椒油的热烈、芥末的冲劲、韭菜的鲜嫩和蒜泥的馥郁，酿皮的味道层次丰富，让人回味无穷。

3.青海老酸奶

青海老酸奶，历史悠久，可追溯至公元641年的唐朝，堪称古老的酸奶典范。它不仅承载着岁月的沉淀，更蕴含着丰富的营养

价值，远超一般的市售牛奶。青海老酸奶中富含乳酸、乳糖和矿物质，如同一座天然的营养宝库，滋养着每一个品尝它的人。

对于追求健康生活的朋友们，这杯青海老酸奶无疑是一次味蕾与营养的盛宴。那酸酸的滋味，浓郁的奶香，只需一次尝试，便足以让人陶醉其中，回味无穷。

4.青海烤全羊

在青海，有一道美食，让人心驰神往，那就是烤全羊。这道菜选用的是青海的羊，这些羊每天享用着珍贵的虫草，草料丰美，因此羊肉肉质鲜美，营养价值丰富。

烤全羊的制作过程非常讲究。整只羊被仔细清洗干净，然后放在炭火上慢烤，直至熟透。在烤制的过程中，羊肉与炭火相互交融，散发出诱人的香气。最后，厨师会撒上一些孜然粉和辣椒粉，为这道菜增添一份独特的风味。

品尝烤全羊，是一种无与伦比的享受。它的肉质劲道，口感饱满，每一口都充满了羊肉的鲜美。这种美味，是别的地方难以品尝到的。如果你来到青海，千万不要错过这道令人难以忘怀的美食。

5.青海土火锅

要说青海人心头那一抹忘不掉的滋味，当属青海土火锅。这道美食犹如大自然的馈赠，五花肉经过秘制卤香，带鱼则披上金黄外衣，沉浮于滚烫的火锅中。锅底满满当当，宛如一座小型的食材宝库：炸丸子、酸菜、黑木耳、海带、豆腐、蘑菇、炸土豆，应有尽有。当锅中的食材翻滚起来，那热气腾腾的蒸汽仿佛在诉说着乡愁。

而青蒜苗与米椒的加入，为这锅美味注入了灵魂，它们在锅中起舞，释放出诱人的香气。三五好友围坐一堂，分享着这温暖的美味，心头的满足感油然而生。这便是青海土火锅，一道让人回味无穷的美食佳肴。

6.门源奶皮

在乳白色的牛奶世界中，奶皮是那最为珍贵、浓缩的精华。若要探寻哪里的奶皮最为上乘，那就不得不提那流传在舌尖上的顺口溜，“青海奶皮数门源，门源奶皮在麻莲。”这般的推崇，无疑是对门源奶皮的最高赞誉。

门源奶皮，白中透黄，仿佛一片轻盈展开的海绵，它柔嫩甜美，口感酥软，尽显天然美味。这片奶皮，源自青藏高原上纯净无瑕的牦牛、犏牛之新鲜奶汁，蕴含着丰富的蛋白质与微量元素。常食之，有益于身体健康。



特色推荐

盐水鸭
素什锦
蜜汁糖藕
南京馄饨
红烧狮子头
糖醋排骨
松鼠鱼
蒜茸炒时蔬
萝卜牛腩
家乡小炒肉
砂锅排骨
三鲜锅巴

拿手菜

南京烤鸭

店长首推!

招牌菜

招聘企台 小费丰厚

南京饭店

NANJING BISTRO

大华府首家淮扬特色餐厅

电话:703-385-8686 703-352-8686 地址:11213-C Lee HWY, Fairfax VA22032

COUPON

10%off

只限堂吃

截止4/30/2022

6-100

鲜美可口地道的专业粤菜师傅主理

欢迎光临

本店靠近泰森角购物中心,5分钟车程

特色菜系:

贵妃鸡
北京鸭
XO 生翅蚌
香脆鱼片
金沙龙虾
特色黑椒牛柳
金条鱼球

莲花

Garden

电话:703-255-9888

传真:703-255-5188

地址:224 Maple Ave. West ,Vienna. VA 22180

大华府唯一的正宗兰州拉面

陕西刀削面美味正宗