

# 广东最有名的“神仙饭”，每一碗都堪称舌尖上的绝唱，让人食之难忘

俗话说“食在中国，味在岭南”，中华饮食文化源远流长，各地美食争奇斗艳，而广东无疑是其中最璀璨的明珠。广东人将“食不厌精，脍不厌细”的饮食哲学发挥到极致，粤菜更是以其“清鲜爽嫩滑”的独特魅力征服了世界味蕾。尤其是这五碗令人魂牵梦萦的“神仙饭”，每一碗都堪称舌尖上的绝唱，让人食之难忘，回味无穷。

## 一、煲仔饭

在万物万味皆可煲的广东，煲仔饭的地位那可是难以被撼动的。一口好的瓦煲，是煲仔饭的灵魂所在。传统的瓦煲选用上等陶土，经过高温烧制，内壁布满细密气孔，既能锁住食材的水分，又能让米饭均匀受热。当滚烫的瓦煲端上桌时，滋滋作响的声音伴随着扑鼻的香气，让人食指大动。

如今煲仔饭也在不断创新，海鲜、菌菇、咖喱等新派口味层出不穷。但无论怎么变化，那份镬气十足的烟火味，那种揭开煲盖时热气蒸腾的仪式感，始终是广东人心中最温暖的味觉记忆。特别是在寒风乍起的季节，一煲热腾腾的煲仔饭，既能暖胃，更暖心。

## 二、烧味饭

广东把烧腊也是做到了“出神

入化”的境界，涂满蜜香腌料的猪肉，在火炉中烤的肉汁丰盈、香味四溢，光是看着那油亮的脆皮，就足以让人垂涎三尺。除了经典的烧乳猪、烧鹅，广东人还擅长将烧腊融入日常饮食。清晨的茶楼里，一碟蜜汁叉烧包，甜咸交织，松软的面皮裹着油润的叉烧，咬一口便知功夫；午市的烧味双拼饭，烧鸭与叉烧并排铺陈，淋一勺豉油，拌着米饭入口，平凡却让人回味无穷。

而烧腊的魅力，更在于它的烟火气。街角的烧腊档前，师傅手起刀落，斩件装盒，油汁顺着刀锋流淌，食客们排队等候，只为那一口刚出炉的鲜香。无论是宴席上的隆重登场，还是家常便饭的随意搭配，广东烧腊总能以最诱人的姿态，征服每一个挑剔的味蕾。

## 三、猪脚饭

广东猪脚饭的诞生，堪称岭南饮食文化的一颗明珠。隆江人将寻常的猪脚与蹄膀点石成金，在秘制卤汁中慢火熬煮，让每一寸肉质都浸透岁月的醇香。那琥珀色的猪皮宛若凝脂，入口时既带着糯米的绵软，又藏着年糕般的弹性；内里的瘦肉早已被时光驯服，轻轻一抿便在舌尖化作琼浆玉露。最妙的是肌理间若隐若现的脂花，宛如

琥珀中封存的晨曦，在唇齿间绽放出令人沉醉的馥郁芬芳。这道看似质朴的民间美味，实则是广东人用智慧与耐心雕琢出的味觉诗篇。

## 四、牛腩饭

牛腩饭是广东人难以割舍的心头爱。大块的牛腩肉，混合着萝卜或是土豆、番茄，一起炖煮到软烂入味，待肉中的香气被彻底炖出来后，汤汁也变得浓郁。揭开砂锅盖的瞬间，蒸汽裹着肉香扑面而来，琥珀色的汤汁还在咕嘟冒着小泡。牛腩的肌理早已被炖得松散，用筷子轻轻一挑就能撕开，露出里头雪花状的脂肪纹路。老饕们总要先舀一勺原汤浇在米饭上，看着米粒渐渐染上酱色，才郑重地夹起颤巍巍的肉块。

雨季来临时，牛腩饭铺的玻璃窗上总蒙着雾气。穿校服的学生、西装革履的白领，踩着人字拖的街坊，此刻都埋头在相同的食物里获得慰藉。牛骨与香料经年累月在老汤锅里翻滚，最后都化作舌尖上那抹化不开的浓香，比任何山珍海味都更让人惦记。

## 五、钵仔蒸饭

比起煲仔饭，生活在广东的客家人似乎更偏爱钵仔蒸饭。小巧的钵仔被拿来当做烹饪美食的容

器，在客家人的餐桌上早已司空见惯。这些粗陶小钵看似质朴无华，却暗藏着客家人对食材本味的极致追求。当热气腾腾的钵仔饭端上桌时，掀开盖子的瞬间，米香混合着肉香扑面而来，总能勾起人们最原始的食欲。

客家人做钵仔饭讲究“一钵一味”。新鲜的排骨要用豉汁腌得入

味，滑嫩的鸡肉需裹着香菇的鲜香，就连最普通的腊味也要切得薄如蝉翼，在蒸制过程中让油脂慢慢渗入米饭。这些食材在钵仔中层铺陈，最后盖上一层丝苗米，上笼蒸制。蒸汽在密闭的陶钵中循环往复，让每一种食材的精华都融入米饭，形成独特的风味图谱。



厦门，这座镶嵌在东海之滨的明珠，以其如诗如画的风光吸引着八方来客。然而，让无数游人魂牵梦萦的，不仅是她婀娜多姿的海岛风情，更是那令人垂涎的特色小吃。

今天，就让我们一同探寻厦门十大特色小吃的魅力，品味这座海上花园最地道的烟火气息。

## 1. 厦门沙茶面

沙茶面是厦门的著名美食，其汤色红亮，口感鲜咸香辣，营养搭配也十分合理。沙茶面的精髓在于那碗浓郁醇厚的汤底。选用上等虾头、猪骨熬制数小时，加入南洋风味的沙茶酱，再调入花生酱、蒜末等十几种香料，慢火熬煮出独特的复合香气。面条要选闽南特有的碱水面，筋道弹牙，在滚烫的汤里三起三落，吸饱了汤汁却不失韧性。

最妙的是配料的选择自由。老厦门人必点现切薄牛肉片，在热汤里涮至粉嫩；海鲜爱好者可以加鱿鱼圈、海蛎或鲜虾；素雅些的搭

配五香卷和炸豆腐，吸饱汤汁后咬下去会爆浆。店家总会备着香菜、炸蒜酥和辣椒油，让食客按喜好调配出专属味道。

## 2. 厦门薄饼

厦门薄饼又名春卷、春饼，是厦门传统的特色美食，每逢春节或清明时节，厦门人家家家户户都会准备薄饼，这不仅是应节的美食，更是一种团聚的象征。制作薄饼的过程往往是一场家庭协作——长辈负责擀制薄如纸的饼皮，年轻人则忙着炒制馅料：高丽菜、胡萝卜、豆干、海蛎、三层肉等食材被切成细丝，在锅中翻炒至香气四溢。最后撒上一把花生碎和甜辣酱，馅料的丰富层次瞬间被激发。

包薄饼也是一门手艺，饼皮要摊得匀，馅料要铺得适中，卷的时候不能太紧也不能太松，否则一口咬下容易散开。老厦门人常说：“薄饼包得好，福气卷得牢。”因此，家家都有自己独特的包法，甚至成为了一种“家传秘技”。

# 厦门最好吃的10大特色美食

## 3. 土笋冻

土笋冻是闽南一带的一种色香味俱佳的特色传统风味小吃，起源于泉州，但是厦门的名声更响。土笋又名涂笋，它含有胶质，主原料是一种蠕虫，经过熬煮后虫体所含胶质溶于水，冷却后即凝结成冻状。其外观晶莹剔透，口感Q弹爽滑，佐以蒜泥、酱油、香醋等调料，入口时既有海味的鲜甜，又带着调料的酸辣，令人回味无穷。

## 4. 炸五香

厦门的炸五香在60多年前就崭露头角，记得小时候跟着阿嬷去八市，总要在炸五香的摊子前驻足。老师傅用铁勺舀起馅料，在豆皮上滚成手臂粗的长条，动作行云流水。刚出锅的五香卷要趁热吃，蘸点厦门辣酱，咬下去的瞬间，酥脆的豆皮裹着滚烫的肉汁，烫得人直呵气却停不下嘴。如今许多茶餐厅把五香卷切段装盘，配着酸萝卜片解腻，倒也别有风味。这寻常巷陌的小吃，藏着闽南人最质朴的烟火气。

## 5. 厦门面线糊

面线糊起源于泉州，是泉厦及台湾地区的风味小吃。面线糊的独特之处在于其绵密滑润的口感，以及看似简单却层次丰富的配料。一碗地道的面线糊，往往以猪骨或海鲜熬制的高汤为底，加入细如发丝的面线，再用地瓜粉调出恰到好处浓稠度。当滚烫的糊汤浇入碗中时，面线瞬间舒展成云雾状，与琥珀色的汤底交融，散发出

浓郁的米香与荤鲜。

## 6. 花生汤

花生汤是厦门风味独特的甜汤佳点，厦门人吃花生汤自有章法。老茶客偏爱配根油条，将酥脆的油条段浸入汤中三秒，外软内脆时迅速捞起，齿间能同时尝到麦香与花生香。孩子们则喜欢加颗水煮蛋，用瓷勺轻轻敲开蛋白，让金黄的蛋液缓缓渗入乳白的汤里，像一幅流动的写意画。最传统的吃法还要撒一撮芫荽末，清新的草本气息能勾出花生更深沉的甜。

## 7. 芋包

厦门传统名小吃——芋包子，是厦门老一辈人过年必吃的一道美食。最地道的吃法要配厦门辣酱。琥珀色的酱汁往雪白的芋子包上一淋，甜辣味立刻唤醒沉睡的米香。咬破Q弹的外皮，滚烫的芋泥裹着咸鲜的肉汁涌入口中，烫得人直呵气也舍不得吐出来。旧时渔家人出海前，妻子总会蒸一笼芋子包让丈夫带上船，既因它冷热皆宜，更因那圆鼓鼓的造型象征着团圆美满。

## 8. 厦门馅饼

厦门馅饼是厦门一款具有百有年以上历史的特色名点，最地道的吃法要配一壶浓酽的铁观音。金黄的饼皮簌簌落下碎屑时，得用手心接着，这是老厦门人才懂的仪式感。甜口的绿豆馅里藏着陈年橘饼的清香，咸味的肉馅则混着荸荠粒的脆爽，若是遇上冬至前后，还

能尝到加入金门高粱酒调味的特别版。八市的海产摊主们常说，看一个游客会不会吃，就看他能不能在三步之内把馅饼的酥皮接住不让落地。

## 9. 厦门烧肉粽

厦门烧肉粽之所以能成为闽南肉粽的代表，离不开其独特的制作工艺和丰富的馅料搭配。传统的厦门肉粽选用上等糯米，经过浸泡、炒制后，米粒晶莹剔透，带着淡淡的竹叶清香。馅料更是讲究，三层肉要肥瘦相间，先卤入味，再与香菇、虾米、板栗、咸蛋黄等食材层层叠放，最后用竹叶包裹成四角锥形，以蒲草捆扎得结实饱满。

煮粽子的火候尤为关键，需用大锅慢火熬煮四五个小时，让粽叶的香气完全渗透到每一粒米中。刚出锅的肉粽剥开时，热气裹挟着粽香扑面而来，糯米呈现出诱人的琥珀色，咬上一口，软糯的米粒与香浓的馅料在口中交融，卤汁的咸鲜、板栗的甘甜、蛋黄的绵密层层绽放，令人回味无穷。

## 10. 扁食汤

扁食在福建各地都有，每个地方的口味不尽相同，最早源于厦门。厦门的扁食讲究汤底清亮，多用猪骨或鸡骨熬制，撒上葱花和胡椒粉，香气扑鼻。如今，扁食早已走出福建，在全国各地都能见到它的身影。但无论怎样变化，那一份鲜美的滋味，始终是福建人心中最地道的家乡味。

6-100

鲜美可口地道的专业粤菜师傅主理

欢迎光临

特色菜系：本店靠近泰森角购物中心，5分钟车程

贵妃鸡  
北京鸭  
XO生蝴蝶  
香脆鱼片  
金沙龙虾  
特色黑椒牛柳  
金条鱼球



莲花园

Lotus Garden

诚聘

全职企台和抓码师傅

请电：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

