

万州8大特色美食推荐

山城重庆的美食盛名远扬，殊不知在长江之畔的万州，正悄然绽放着令人惊艳的味蕾盛宴。当八方食客在解放碑前大排长龙时，那些深谙美食之道的重庆老饕们，早已驱车驶向这座被低估的美食天堂。今日，就让我们一同探寻万州八大令人垂涎的特色美味，每一道都是时光淬炼的味觉传奇。

1. 万州烤鱼

万州烤鱼，凭什么香动天下？万州最出名的美食非“烤鱼”莫属。万州烤鱼的美味奥义万州烤鱼之所以能香动天下，不仅在于其独特的烹饪技艺，更在于它背后深厚的饮食文化底蕴。

首先，万州地处长江之畔，丰富的水产资源为烤鱼提供了优质的食材基础。选用鲜活草鱼或鲤鱼，肉质鲜嫩，腥味极淡，经过秘制调料腌制后，鱼肉充分吸收麻辣鲜香的滋味，再以炭火慢烤，外皮焦脆，内里柔嫩，入口层次分明。

其次，万州烤鱼的灵魂在于其独特的调料配方。辣椒、花椒、豆瓣酱等数十种香料经大火爆炒，激发出浓郁的复合香气，再浇淋在烤鱼上，让鱼肉与酱汁完美融合。更绝的是，烤鱼底部垫有土豆、豆芽、魔芋等配菜，吸饱了鱼香和酱汁，一口下去，回味无穷。

2. 万州杂酱面

在万州人的味蕾地图上，杂酱面堪称当之无愧的“面食之王”。本地人有个独特吃法：先吸口浮着芝麻酱的骨汤，待舌尖适应

了醇厚，再猛地挑起一筷子裹满杂酱的面条。这时若配上隔壁摊刚出锅的油条，撕成段泡在面汤里，外酥里嫩的油条吸饱汤汁的瞬间，总能听见本地人满足的叹息。

3. 包面

万州包面就是馄饨，热气腾腾的包面端上桌时，最动人的莫过于那层浮在汤面上的金黄葱油。老板用铁勺在搪瓷缸里搅两下，舀起一勺往碗里一淋，香油混着炸得焦香的葱末，瞬间激发出面汤的鲜味。老食客都懂得要先舀半勺汤，把沉在碗底的猪油化开，这时整碗包面才算真正“活”了过来。

巷子的王师傅做包面三十余年，总爱炫耀他调馅的秘诀：“三分肥七分瘦的后腿肉，要剁不要绞。”案板上的两把菜刀此起彼伏，肉馅渐渐泛出晶莹的胶质。最绝的是他往肉馅里打的那勺冰镇高汤，搅到馅料把汤汁完全吃透，包出来的面食咬下去才会爆汁。

4. 万州鸡嗦子粑粑

鸡嗦子粑粑（虽不含鸡肉，却因形似鸡颈下那鼓鼓的食囊而得名），是一道咸香四溢的民间小食。整体是偏咸口的，口感是外酥里糯比较丰富的，里面的馅儿是糯米和猪肉的搭配，再加上葱花和芝麻，最后在油锅里煎至两面金黄，出锅就是一整个香糯且酥脆。

5. 万州格格

在万州街头，格格店往往就藏在不起眼

的巷口，几张矮桌，几把塑料凳，烟火气便从蒸笼里袅袅升腾起来。老板揭开笼盖的刹那，白雾裹挟着花椒与肉香扑面而来，食客们早已默契地围拢过去，像候着一场小型仪式。

吃格格从不用碗，粗瓷小蒸笼直接上桌，滚烫的边沿蹭着指尖，让人不得不加快扒饭的节奏。隔壁桌的挑夫三两口解决完一笼，仰头喝干免费的老荫茶，衣襟上还沾着几粒花椒；穿校服的学生却把排骨一块块码在米饭上，像在组装某种秘密武器。偶尔有香油滴落桌板，立刻被随性的食客用筷子刮起来，顺势抹进嘴里。

6. 万州火锅

万州小火锅，“锅”就很特别。最妙的要数那水碗的玄机。当蒸汽顶着瓷碗发出“噗噗”的闷响，老师傅便用铁钳夹块新炭添进炉心。火苗倏地窜高，映得食客们鼻尖都沁出细汗。这时若揭开锅盖，整锅汤顿时如火山喷发般沸腾，裹着辣椒片的油浪瞬间淹没刚下锅的鲜毛肚，烫得恰到好处脆嫩就在这电光火石间诞生。

7. 万州凉面

有人说，吃万州凉面得像对待一场冒险——你永远不知道下一口会被芥末“偷袭”到哪个程度。但也正是这种不确定性，让食客们乐此不疲。夏天闷热的午后，一碗凉面下肚，额头沁出细汗，鼻腔通畅，整个人都神清气爽。

或许，万州凉面的魅力就在于此：它不



追求温和讨好，而是用最直接的方式唤醒味蕾。那一点芥末，就像这座江城人的性格——爽利、干脆，带着点不服输的倔强。

8. 冰粉凉虾

作为万州的地道小吃，冰粉凉虾不仅是万州人的心头好，更是夏季的一个标志。摊主们熟练地舀起晶莹剔透的冰粉，配上形似小虾的凉虾，浇上红糖水，再撒上花生碎和山楂片，一碗消暑佳品就递到了食客手中。

这道小吃看似简单，却承载着万州人对夏天的记忆。无论是烈日当空的正午，还是微风轻拂的夜晚，一碗冰粉凉虾总能带来最纯粹的满足。它不仅是味蕾的享受，更是一种生活的滋味，让人在炎炎夏日里，感受到独属于这座城市的清凉与温情。

荣昌十大必吃美食推荐



荣昌人深谙烹饪之道，将卤、烤、煮、炒、炖等技法运用得炉火纯青，让四方风味在这方烟火中交融升华。今日就让我们一同探寻荣昌十大必吃美食，品味这座美食之城的独特魅力。

1. 荣昌猪

荣昌猪，这闻名天下的美味珍馐，肉质鲜嫩如丝绸般顺滑。火候，便是成就这道美味的灵魂所在。经验老道的师傅常说，掌握火候不仅需要日复一日的勤学苦练，更要像春蚕吐丝般不断推陈出新。那跳跃的火苗，仿佛在诉说着烹饪的艺术：既要传承古法，又要敢于创新，让每一块猪肉都在恰到好处的温度中绽放出最完美的滋味。

2. 荣昌羊肉汤

来到荣昌这座飘着肉香的小城，任谁都要被这锅咕嘟作响的羊肉汤勾住魂。舀一碗奶白的浓汤，先啜饮那滚烫的鲜味，再夹起颤巍巍的带皮羊肉。牙齿刚碰上肉皮就陷了进去，肥腴的油脂混着汤汁在舌尖炸开，后劲里泛着当归黄芪的甘甜。这时候再矜持的食客也会撸起袖子，任由羊汤的热气模糊了镜片，吃得额头沁出细汗，只觉得五脏庙里住进个小太阳。

3. 荣昌猪儿粑

荣昌猪儿粑的制作工艺，是代代相传的匠心独运。清晨的集市上，老师傅们总爱用布满老茧的手掌揉搓着糯米粉团，那动作像在抚摸一段凝固的时光。米粉要选用本地特产的“珍珠糯”，掺入适量粳米增加韧性，在石磨上细细碾过三遍。最妙的是包馅时的手法——拇指在粉团中央旋出窝状，填入荣昌猪肉、冬笋与秘制酱料炒制的馅心，五指轻拢慢捻间，一个个形似小猪的胖墩墩面点便跃然掌心。

蒸笼揭开时的场景最是动人。白雾腾空而起，露出二十余只晶莹剔透的“小猪”，半透明的外皮隐约透出琥珀色的馅料，趴在竹篾上仿佛随时要啾啾出声。老食客们深谙品尝之道，先对着顶端的小揪揪轻咬破口，让积蓄的鲜香汁水缓缓浸润面皮。外地游客初见总要惊呼：“这小猪竟会流泪！”此时配一盏荣昌老荫茶，茶汤的微涩恰好化解猪油香腻，味蕾便在这咸鲜与清冽的轮回中沉醉。

4. 荣昌卤鹅

外地游客初尝时总要惊呼：“这鹅肉怎么会带着松木香？”原来秘方里藏着晒过三年阳光的陈皮，还有后山采来的新鲜香茅。更绝的是最后浇上的那勺老卤——自民国年间传下的陶瓮里，每日添新汤却从不换底，沉淀的时光在舌尖化作绵长的回甘。

暮色渐浓时，总见几个老汉拎着锡壶来买鹅颈下酒。他们用门牙撕扯着筋膜，突然笑起来：“年轻时觉得非要配烈酒才够劲，如今倒觉着，这卤汁里的甜味，分明就是咱们荣昌人熬日子的滋味。”

5. 铺盖面

铺盖面作为一种汤面，薄如蝉翼却韧劲十足，在滚烫的鸡汤里翻腾几下便吸饱了鲜味。老师傅用竹筷轻轻一挑，那面皮便如绸

缎般滑入青花瓷碗，覆上几片油亮的鸡脯肉，撒一把翠绿的葱花，最后浇一勺澄澈的黄金汤——这汤须得是土鸡文火吊足六小时，撇净浮油才能得的精华。

食客们总爱先舀一勺汤。舌尖刚触到那抹鲜甜，铺盖面特有的麦香便从鼻腔窜上来，叫人想起秋收时晒场上的暖阳。面皮入口的瞬间最是妙绝，牙齿刚陷进绵软，内里的筋道便反弹回来，像在跟人玩捉迷藏。有经验的吃客会故意放慢节奏，让每一片面都裹着鸡汤滑过喉咙，连碗底最后一点碎面渣都要用调羹刮净。

6. 黄凉粉

荣昌人一年四季都离不开的小吃就是黄凉粉，又叫米豆腐。黄凉粉的摊点在荣昌城内随处可见，凉粉软而不烂，滑而不腻，入口即化，配上特制的辣椒油、蒜泥和香醋，酸辣鲜香瞬间在舌尖绽放。尤其在盛夏时节，一碗冰镇黄凉粉下肚，清凉解暑的滋味能让入从头顶舒坦到脚底心。

7. 猪油泡粑

在荣昌人眼里，几天不吃猪油泡粑，就像缺了什么似的。最地道的吃法要数配阴米粥。赶早的茶客把泡粑往粥碗里一浸，外层瞬间吸饱米汤变得绵软，内里仍保持着猪油浸润的韧劲。卖泡粑的吴阿婆总念叨：“从前新媳妇回门，篮子里装两块猪油泡粑，婆家一看就晓得是体面人家。”如今虽没了这些老礼数，但谁家孩子考上大学，仍会挨家挨户送泡粑，油纸包上系的红线能缠出吉祥结。

8. 酸辣粉丝

荣昌的酸辣粉也是一大特色小吃。每当清晨的雾气还未散尽，河包镇的作坊里便飘出红薯淀粉的清香。老师傅们将沉淀好

的粉浆舀入漏勺，手腕轻抖间，银丝般的粉丝便滑入沸水中，瞬间变得晶莹剔透。这种传承百年的手工技艺，让每一根粉丝都保留了红薯的甘甜与韧性，正是荣昌酸辣粉令人欲罢不能的秘诀。

老街口的酸辣粉摊前总排着长队。老板娘麻利地抓一把粉丝入竹漏，在滚汤里三起三落，捞起时粉丝已吸饱了骨汤的鲜香。浇上一勺用本地辣椒与汉源花椒熬制的红油，再撒上酥脆的黄豆、酸脆的泡萝卜丁，最后点睛一把香菜末。食客接过碗的瞬间，酸辣气息直冲鼻腔，粉丝入口如绸缎般顺滑，嚼劲十足却不失柔糯。外地人常被辣得额头冒汗，却仍忍不住嗦完最后一根粉，连汤底都要捧碗喝尽。

9. 荣昌杂酱面

最让我印象深刻的是荣昌的杂酱面，第一口下去，酱香立刻在口腔里炸开。肉末炒得恰到好处，既有嚼劲又不失细腻，咸鲜中带着微微的甜。面条劲道爽滑，吸饱了酱汁的精华。最妙的是那勺老板特制的辣椒油，香而不燥，给整碗面添了一份活泼的辣意。我吃得额头冒汗，却停不下筷子，直到连最后一滴汤汁都喝得干干净净。

10. 早蒸牛肉

早蒸牛肉是重庆荣昌的非遗美食，以传统蒸制工艺为核心，精选牛肉经秘制香料腌制后高温蒸熟，肉质细嫩多汁、入口即化，香气浓郁而不腻，每一口都饱含着匠人对食材的极致追求。蒸笼掀开的瞬间，白雾裹挟着花椒与桂皮的辛香扑面而来，牛肉表面泛着琥珀色的油光，用筷子轻轻一拨便绽开层层纹理，露出内里粉润的肌理。这道诞生于码头文化的佳肴，最初是纤夫们用竹编蒸笼在江边现蒸现吃的粗犷美味，如今已演变为需要提前三日预订的席上珍馐。

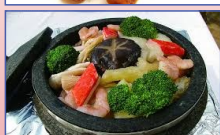
6-100

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生翅蚌
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

