

跟名人有关的“十大”名菜！ 历经千年依然美味，你吃过哪些

华夏美食，源远流长。昔时，《周礼》之中，已有“八珍”之记载，其味之美，非言语所能尽述。及至盛唐，万国来朝，饮食文化更趋繁盛，长安城内，胡风汉韵交织，烧尾宴上，珍馐佳肴琳琅满目，诸如“金线挂粉汤”、“凤凰胎”等，皆为一时之绝品，令人叹为观止。宋代，饮食业更是蓬勃发展，汴京（今河南开封）之夜市，灯火辉煌，小吃琳琅满目，诸如“灌肺”、“旋煎羊白肠”等，皆为市民所钟爱，苏轼更有“长江绕郭知鱼美，好竹连山觉笋香”之佳句，道尽江南水乡之食趣。

明清两代，美食文化更趋精致，宫廷御膳与民间小吃交相辉映，形成了一幅生动的美食画卷。乾隆帝六下江南，所到之处，必尝地方特色，诸如扬州炒饭、松鼠桂鱼等，皆因皇家青睐而声名远播。至于民间，则有“满汉全席”之盛，集南北风味之大成，尽显中华美食之博大精深。此时，文人墨客亦不乏对美食之吟咏，袁枚《随园食单》便是对当时饮食文化的深刻总结，字里行间，尽显雅趣与考究。

时至今日，中华美食犹如一条璀璨的长河，奔腾不息，既有传统佳肴之经典传承，如北京烤鸭、四川火锅，以其独特风味，享誉全球；亦有创新菜品之崛起，如分子料理、融合菜系，将传统与现代巧妙结合，展现了中华美食与时俱进的生命力。古人云：“民以食为天”，在这片古老而又充满活力的土地上，美食不仅是味蕾的享受，更是

文化的传承与创新的见证。今天，跟诸位聊聊，在中国，跟名人有关的“十大”名菜！历经千年依然美味，你吃过哪些？

1: 东坡肉。与北宋大文豪苏轼（号东坡）有着不解之缘。其历史渊源可追溯至苏轼在各地为官时期，尤其是他在徐州和杭州的任上。

相传，苏轼在徐州任知州时，曾亲率全城吏民抗洪救灾，百姓为感谢其功德，纷纷杀猪宰羊以示敬意。苏轼推辞不掉，便指点家人将这些肉加工成红烧肉再回赠给百姓，这便是“东坡肉”的雏形——“回赠肉”。此肉肥而不腻，酥香味美，深受百姓喜爱。后来，苏轼滴居黄州时，因当地猪肉贱，他便进一步改良了烹饪方法，并留下“慢着火，少着水，火候足时它自美”的炖肉秘诀。及至苏轼二任杭州知州，因疏浚西湖有功，百姓抬酒担肉以示感谢，苏轼再次命家人将猪肉烧好分给民工，因误将黄酒与猪肉同烧，竟意外发现肉质更加酥香味美，从此“东坡肉”美名传遍全国。

东坡肉形态整齐，通常选用半肥半瘦的猪肉，切成麻将块大小的方正形状，经过慢火炖制，色泽红亮如玛瑙，入口软而不烂，肥而不腻，带有淡淡的酒香，酥烂而形不碎，香糯且汁浓，味醇而回味无穷。每一块东坡肉都仿佛诉说着那段古老而动人的历史故事，让品尝者在享受美味的同时，也能感受

到那份烟火气和人文情怀。

2: 宫保鸡丁。其诞生可追溯至清代，与晚清名臣丁宝桢有着不解之缘。丁宝桢，贵州平远（今贵州省毕节市织金县）人，对烹饪颇有研究，尤其喜爱鸡肉和花生米，且好辣味。他在山东为官时，偶然品尝到农家院的“酱爆鸡丁”，大为赞赏，便聘请这位农家厨师为家厨，每当有客人来访，这道菜便成为压轴菜，深受宾客赞誉。后来，丁宝桢调任四川总督，厨师感其恩重，携家眷一同进川。在四川，丁宝桢结合当地嗜辣的习俗，对这道菜进行了改良，他把胡椒换成辣椒，又因四川缺少甜面酱而盛产豆瓣辣酱，便将甜面酱换成豆瓣辣酱，略加白糖调味，创制出了川味的宫保鸡丁。

宫保鸡丁的形态与口味各具特色，令人垂涎欲滴。这道菜选用鲜嫩的鸡肉为主料，切成大小均匀的丁状，再佐以香脆的花生米、鲜红的辣椒等辅料。烹饪时，鸡肉经过精心腌制，裹上一层薄薄的浆糊，使得肉质更加滑嫩。在热油锅中，鸡丁与辣椒、花生米等一同爆炒，香气四溢，色泽诱人。宫保鸡丁的口味独特，红而不辣，辣而不猛，香辣味浓、肉质滑脆。入口时，鸡肉的鲜嫩与花生的香脆完美结合，再配上辣椒的辛辣与酱汁的浓郁，让人回味无穷。

3: 万三蹄。这道源自江苏的传统名菜，其诞生与明代江南巨富沈万三有着不解之缘。

相传在明初，朱元璋曾到访沈万三家，沈万三以整只猪蹄膀招待。面对这道佳肴，朱元璋故意刁难，询问如何食用。沈万三灵机一动，从蹄膀中抽出一根细骨，以骨代刀，巧妙地切割肉块，既避免了尴尬，又展示了其机智与厨艺。朱元璋品尝后大为赞赏，询问菜名，沈万三便以“万三蹄”命名，从此这道菜便流传开来。

经过数百年的传承与改良，万三蹄已成为江南地区逢年过节、婚庆喜宴的必备佳肴。其形态饱满，色泽酱红，热气腾腾，香气四溢。整只猪蹄膀经过精心烹制，肉质酥烂，入口即化，肥而不腻，甜咸相宜，滋味无穷。

4: 李鸿章杂烩。安徽合肥的传统名菜。其诞生与晚清名臣李鸿章有着不解之缘。

相传在清光绪二十二年（1896年），李鸿章访问美国时，在使馆宴请宾客。由于中国菜的美味，宾客们连吃几个小时仍意犹未尽，此时主菜已用完，厨师只得将做菜剩下的边角料混在一起煮熟，凑成了一道菜。没想到，这道菜上桌后竟获得了宾客们的一致好评，纷纷询问菜名。李鸿章一时答不上来，只是说“好吃多吃”，岂料这与英语的杂烩（Hotchpotch）发音相近，于是这道菜便被命名为“李鸿章杂烩”。从此，这道菜便流传开来，成为了一道具有传奇色彩的传统美食。

李鸿章杂烩的形态丰富多样，色彩斑斓。其主要食材包括鸡肉、

水发海参、油发鱼肚、水发鱿鱼等多种海鲜和肉类，再配以香菇、山笋、火腿等辅料。制作时，厨师们将各种食材精心处理，切成片或丝状，然后混合在一起烧烩。成菜后，各种食材相互交织，色泽红亮，汤汁浓郁，香气扑鼻。口味上，李鸿章杂烩醇香不腻，咸鲜可口，各种食材的味道相互融合，形成了一种独特的鲜美滋味。

5: 白起肉。源自山西省晋城高平市，与战国时期的著名将领白起及长平之战紧密相连。

据传，在长平之战中，白起指挥秦军击败了赵军，并坑杀了四十万投降的赵军。这一残忍行为引起了当地百姓的极度愤慨和世代憎恨。为了祭奠那些被坑杀的亡灵，百姓们创造了一种特殊的小吃——白起肉。他们选用豆腐作为主料，将其视作白起的肉，用炉火烧烤，并用豆腐渣和蒜泥生姜调和成“蘸头”，象征白起的脑袋，以此表达对白起的愤恨。这道小吃逐渐流传开来，并成为了高平地区的特色传统美食。

白起肉（又称烧豆腐）色泽金黄，外皮微焦而内里白嫩，豆腐块整齐排列，再配以色泽鲜亮的蘸头，让人一看便食欲大增。品尝时，豆腐口感软筋道，外皮略带嚼劲，内里滑嫩多汁，蘸上特制的蘸头，辛辣鲜香的味道瞬间在口腔中爆发，蒜香、姜辣与豆腐的醇香完美融合，令人回味无穷。

（未完待续）



大华府地区最便宜的价钱 北京烤鸭

6-123

特价北京烤鸭套餐

2月13日至2月16日期间，
买烤鸭套餐，免费送香脆全鱼

买北京烤鸭套餐，付现金只要\$61.99，包括一只北京鸭和一个菜，葱，瓜，酱，跟12张鸭饼，付信用卡只要\$65.99，再加一个菜是\$15.99。请在以下选菜：

- (1) 香脆全鱼
- (2) 椒盐大虾
- (3) 椒盐龙利鱼
- (4) 韩国牛肉辣不辣
- (5) 麻辣沸腾鱼片
- (6) 干扁四季豆
- (7) 大蒜炒青干菜

请大家打电话到店里订菜，谢谢 仅限外卖(301)208-6868

前大北京师傅三十多年手艺，天天现烤
——肉嫩多汁、皮脆不腻，配上独门酱料，风味绝佳。
现正特价，正宗北京烤鸭不用花大钱！堂食外卖皆欢迎

需点单其他菜品超过\$28
不包含所有套餐和其他优惠
限堂吃 每桌限一只
超过五位和以上需要订位



\$38.99

限堂吃



情人节新春特价优惠

免費香脆全魚\$18.95



免費兩碟肉片共\$16.95



免費椒鹽大蝦\$18.95



免費一只北京烤鸭
\$48.99



最新推出

最新推出免費北京烤鸭一只(只要消費超過\$150以上或消費超過\$60以上，免費送一條全魚或一盤椒鹽大蝦或兩碟肉片)當天送或留下次送，(不包括北京烤鸭和午餐套餐和任何其他折扣優惠)只限堂吃，每桌只限免費一樣，到2026年2月28日截止。

電話：301.208.6868 周日~周四 12pm~10pm / 周五~周六 12pm~11pm

地址：24 Bureau Dr, Gaithersburg, MD 20878 (Diamond Square Shopping Center, Giant 旁)