

非吃不可

200家超赞人气餐厅



小宽·著

向毛主席保证：亲自试吃，绝无广告

京城资深美食达人
十年兢兢业业亲身试吃



挑战100元吃遍北京

巨划算：

上至高级餐厅，
下至地道风味店！
通胀年代，
100元极限消费力。

2011-2012 吃货指南



巨省心：

最佳菜品组合！
拒点冤枉菜，
不动脑筋，
一样把菜点到点子上。



巨诚意：

经得起嘴，
抓得住胃，
撑得了面子，
对得起良心。



ZTC
紫图

旅游教育出版社



作者简介

小宽，本名赵子云。1980年出生，金牛座，B型血，是个胖子，初级痛风患者，职业吃货，业余诗人。2003年进入《新京报》，担任美食记者至今。混迹于北京吃喝江湖，上至五星酒店米其林餐厅，下至路边摊街边馆；上顿吃的是日本干鲍顶级和牛，下顿就是卤煮火烧腌臢小馆。百无禁忌，自得其乐，烤鸭与松露齐飞，卤煮共鲍汁一色。同时也在一些媒体开设美食专栏，专栏文字散见《第一财经日报》、《生活元素》、《投资有道》、《他生活》、《time out》、《时尚先生》、《精品购物指南》、《头等舱》等。



100元
吃遍北京
200家
超赞人气餐厅



旅游教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

100 元吃遍北京 / 小宽著 ;

—北京: 旅游教育出版社, 2011.5

ISBN 978-7-5637-2162-7

I. ① 1… II. ① 小… III. ① 餐馆—介绍—北京市 IV. ① F719.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 082195 号

丛书主编 / 黄利 监制 / 万夏

项目创意 / 设计制作 / 紫圖圖書 

特约编辑 / 李媛媛 雷蕾

责任编辑 / 何玲

100 元吃遍北京

小宽 / 著

出版发行 / 旅游教育出版社

社址 / 北京市朝阳区定福庄南里 1 号

经销 / 新华书店

印刷 / 北京市兆成印刷有限责任公司

版次 / 2011 年 7 月第 2 版

2011 年 7 月第 2 次印刷

开本 / 787 毫米 × 1092 毫米 1/32 7.25 印张

字数 / 130 千字

书号 / ISBN 978-7-5637-2162-7

定价 / 32.00 元

如有印装质量问题, 请寄回印刷厂调换

目录

花100元，到底能吃什么？	5
如何使用本书	12

东城美食

1. 八九道菜	14
2. 悦宾饭馆	15
3. 君琴花	16
4. 宏源涮肉城	17
5. 奥华餐厅	18
6. 百米粒	19
7. Life List	20
8. 天下盐	21
9. 唐宫海鲜舫	22
10. 奇门涮肉	23
11. 煲煲好	24

12. 今	25
13. 18茶院	26
14. 文字奶酪店	27
15. 汤城小厨	28
16. 阿宗面线	29
17. 北新桥卤煮	30
18. 黔味轩	31
19. 火凤凰	32
20. 小彻甜品	33
21. 新乡杨记红焖羊肉	34
22. 刘家锅	35
23. 猜火车	36
24. 嘉陵楼	37
25. 秦唐府	38
26. 大里院子	39
27. 昔巷	40
28. 黄河水	41
29. 重庆老汤锅	42
30. 东北人	43
31. 张妈妈特色川味馆	44



32. 聚点串吧	45
33. 丹桂餐厅	46
34. 馅老满	47
35. 埃蒙小镇	48
36. 宽板凳老灶火锅	49
37. 28号院私家菜	50
38. 爆肚皇	51
39. 孔亮火锅	52
40. 国营新成削面馆	53
41. 川骄火锅	54
42. 月盛斋马家老铺	55
43. 万柳阁	56

西城美食

44. 张记酱牛肉	58
45. 新川面馆	59
46. 杏园餐厅	60
47. 众乐家常菜	61

48. 丽江庭院	62
49. 八条一号	63
50. 信义德百叶居	64
51. 德顺楼	65
52. 西来顺	66
53. 惠丰老北京饺子楼	67
54. 东兴顺爆肚张	68
55. 云南味道	69
56. 名乐鸡煲	70
57. 江边城外巫山烤全鱼	71
58. 四味柳州螺蛳粉	72
59. Cafe Sambal	73
60. 延吉餐厅	74
61. 热盆景	75
62. 晋阳饭庄	76
63. 张记一枝花羊汤	77
64. 齐鲁饭店	78
65. 拉兹印度音乐餐厅	79
66. 龙人居	80
67. 华天峨嵋酒家	81



68. 王胖子驴肉火烧 82
69. 聚宝源 83
70. 南来顺 84
71. 吐鲁番 85
72. 湖广会馆楚畹园 86
73. 京味楼 87
74. 砂锅居 88
75. 松月餐厅 89
76. 美味斋 90
77. 陈记卤煮小肠 91
78. 京天红 92
79. 孔乙己 93
80. 洪运轩 94
81. 烤肉宛 95
82. 老好吃鸡架城 96
83. 新疆饭庄 97
84. 白记年糕 98
85. 秋栗香 99
86. 港丽餐厅 100
87. 金融街洲际酒店巨扒房餐厅 101

88. 西单翅酷 102

朝阳美食

89. 西德顺爆肚王 104
90. 美味食源 105
91. 潮香洲 106
92. 一坐一忘 107
93. 中建餐厅 108
94. 新川办 109
95. 味拉奇鱼酷 110
96. 华威肉饼 111
97. 马村鱼头 112
98. 四川简阳羊肉汤 113
99. 绿茶 114
100. 侃谱 115
101. Oden 116
102. 酸甜酷辣 117
103. 梧桐·小聚 118



- | | | | |
|--------------------------|-----|----------------------|-----|
| 104. 木叶炭火烧肉 | 119 | 124. COCO PARK..... | 139 |
| 105. 新元素 | 120 | 125. Glen | 140 |
| 106. 杨家火锅 | 121 | 126. 甲21号 | 141 |
| 107. 姜味府 | 122 | 127. 双流老妈兔头 | 142 |
| 108. 湘肠香 | 123 | 128. 福满园 | 143 |
| 109. 蓬香楼 | 124 | 129. 优品106号精制家常菜馆 .. | 144 |
| 110. Alameda..... | 125 | 130. 杨记麻辣烫 | 145 |
| 111. 许仙楼..... | 126 | 131. 望京一号 | 146 |
| 112. 面吧 | 127 | 132. 二道桥 | 147 |
| 113. 甜蜜生活 | 128 | 133. 奖忠洞王猪蹄包肉 | 148 |
| 114. DK1308皇冠自酿啤酒坊 ... | 129 | 134. 火炉火烤肉 | 149 |
| 115. 金链花泰餐厅 | 130 | 135. 国贸烤翅 | 150 |
| 116. Danger Doyle's..... | 131 | 136. 三只耳 | 151 |
| 117. 三摩地素食茶艺空间 | 132 | 137. 湘极了 | 152 |
| 118. 旺顺阁鱼头泡饼 | 133 | 138. 富春江 | 153 |
| 119. 将太无二 | 134 | 139. 衡山汇 | 154 |
| 120. 斜角巷云南土司菜 | 135 | 140. 泰和草本工坊 | 155 |
| 121. 开小灶 | 136 | 141. 无敌家 | 156 |
| 122. 金牛耳面馆 | 137 | 142. 岳麓山屋 | 157 |
| 123. 河南大厦豫香苑 | 138 | 143. THE TREE | 158 |



144. Let's Burger	159
145. 龙顺园麻辣香锅	160
146. 北容酒楼	161
147. 秀	162
148. 伊斯坦布尔	163
149. Gourmet Corner	164
150. Awfully Chocolate	165
151. 顺风123	166
152. 紫光园	167
153. 鼎泰丰	168
154. 劲松风味餐厅	169
155. 其香居	170
156. 汉舍中国菜馆	171
157. 胡椒厨房	172
158. 悦食悦香	173
159. 王家渡	174
160. 火旺四季涮肉	175
161. 巴黎贝甜	176
162. 拉丁餐厅	177
163. 三样菜	178

164. 晋德小馆	179
165. 悦园	180
166. 鱼掌门火锅	181
167. 烧肉人	182

海淀美食

168. 表里如一	184
169. 黄叶村	185
170. 大永徽	186
171. 香草香草	187
172. 翠清酒家	188
173. 海参王	189
174. 南京大牌档	190
175. 螺蛳粉先生	191
176. 火洲饕坑肉	192
177. 那家小馆	193
178. 锦府盐帮	194
179. 吉祥鸟	195



花100元，到底能吃什么？

1. 这是一本一口一口吃出来的书

我做了十来年的美食记者，眼瞅着从临风少年吃成了一个初级痛风的胖子，才有了这本书的诞生。

2. 哪些餐馆不列入本书？

有五种餐厅不在本书选择范围：100块钱怎么算都吃不饱的；连锁的，有三家以上分店的；自助类型的；熟门熟路的老字号；新开业半年以内的。

3. 吃货速成指南

把这200家餐馆吃完一遍，基本上能满足你周围朋友各种刁钻的美食提问了。

4. 对得起自己的胃

这里推荐的餐厅，我基本上最少去过三次，以记者身份去过后，一定再以普通食客的身份去，点同样的菜，确保品质稳定。

5. 花100元，我们到底能吃什么？

在这个通货膨胀的年代，100元钱连泡好的普洱茶都喝不上。可如果选择对了餐馆，100元钱能饱餐一顿美食，兴许还有餐后甜点。

如何使用本书

餐厅推荐指数

★代表还不错，路过可以尝尝。

★★代表值得推荐，带朋友来不跌份。

★★★代表非常好，吃货的分水岭，吃过这里才算是吃货。

餐厅所在城区

每个城区均有不同的颜色标识，方便读者检索。

西城区

推荐指数★★★

餐厅名称

几人吃

菜单可供几人份，读者点菜时可酌情增减。

正文

美食地图

以地铁站、重要道路或知名单位为参照地标，方便读者按图索骥。

温馨提示

针对餐厅软环境的补充，包括餐厅是否有车位，是否需要排队，位置是否好找。有时还有作者的贴心小提示。

龙人居

4人吃

极有市井气的民间俗食店，菜量大、实惠，味道是让四川人都不会失望的。

许多人跟我推荐龙人居，推荐这里的炆炒连白、毛血旺，以及水煮鱼。我对水煮鱼兴趣不大，这道菜很难超越和脱离沸腾鱼乡的路线，倒是炆炒连白和毛血旺都是大爱。

炆炒连白是一款很考验手艺的菜，首先“炆炒”指的是猛火加热，迅速翻炒，断生出锅，在很短的时间完成一系列高难度动作，就像跳水运动员，需要在很短的时间内完成起跳、翻滚、转体，入水还要夹紧裤衩压水花。这道连白水水压的到位，嫩，且镬气十足，镬气是指锅气，带着十足的鲜醇，而且能轻巧的辨别出，这道菜是用猪油炒的，至少是猪油与色拉油的混合油，因为只有用猪油才能有如此芬芳的味道，那是一种“油爽”的幸福。

特别喜欢里面黄喉和蹄筋，新鲜且口感柔爽。这里极有市井气，随时来了都人满为患，服务员勤快麻利，菜的分量大、实惠。本来这种民间美食就需要这种民间方式来做，我不喜欢把俗食打扮成花姑娘的菜，本来就是一碗担担面，何必要点菜成为煞有介事，造作了，但是这种造作如今却成了京城不少餐厅的主流，以为这就是时尚，这就是新派。

炆炒连白	13元	合计 202元	地址：二七剧场路南口甲19号楼
水煮鱼3斤	114元		电话：68022476
回锅肉	25元		环境：整洁
毛血旺	46元		服务：随叫随到
温馨提示：这里经常需要排队，旁边有一家太婆山珍也不错。			适合客路：¥ ¥ ¥

推荐菜单及价格

招牌菜以及口碑良好的菜，都是作者亲自品尝过的。另外还有一些是作者认为不错的冷门菜品。价格都是人均100元以内。

菜品实例图片

照片均来自作者现场拍摄。

内文图说

餐厅特色

让读者在无暇细看时，一目了然。

基本信息

包括地址、电话、环境和服务。

适合客路

- 适合独自前去
- 情侣约会觅食
- 猪朋狗友聚餐
- 家人团聚吃饭

PART

1

东城美食^{43家}

君琴花

28号院私家菜

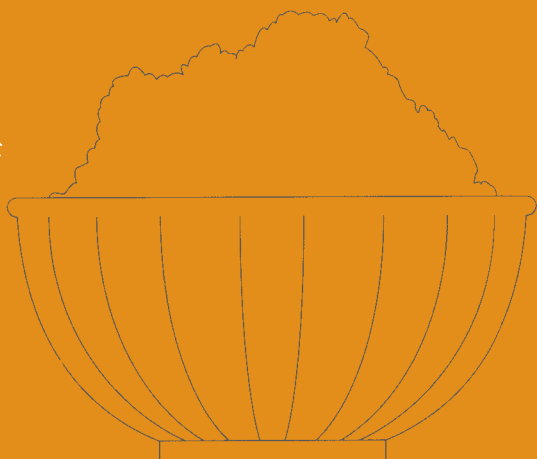
奥华餐厅

Life List

唐宫海鲜舫

大里院子

.....





莲藕竹荪 竹荪做汤最常见，许多人喜欢咀嚼竹荪时的咯吱声。然而，这里把竹荪做成莲藕装，里面加了鸡肉馅，看上去洁白恍如美人，吃起来清新恍若进入山林。

八九道菜

2人吃

原生态云南菜胡同小馆，女性主厨，别致的独门菜品，美味又养生。



摩梭油鸡枞 这道菜是下酒良菜，“摩梭”总会叫人想起母系民族的走婚，当然也能联想到著名的杨二车娜姆。



饵块家乡鸡

我固执地认为，只有在小规模云南菜馆里，才能把野生山菌做得荡气回肠。这家胡同小馆里有许多别致的独门菜品，只有在这里能吃到，比如一道莲藕竹荪。

摩梭油鸡枞则是美艳不可方物，油鸡枞是对鸡枞菌的最大尊重，这样做不但容易储藏，搭配面条或者米线一起食用，就是人间尤物。另外有一种油名为鸡枞油，也是鲜美异常。云南多险峻之食，这里还有一道阉鸡。所谓阉鸡，其实是许多地方的传统美食。这种鸡肉更为肥厚，且没有腥膻，平和了许多。鸡肉的滋味有些久违，带着童年的回味，每一口都是鸡肉原本的香味。

与常见的餐厅不同，这里的厨师是一位大姐。女性的细腻与家常都能融入到菜里，多了一些温婉。店中所用的糟辣椒、酸菜、干酸菜等原材料也都是大姐亲自腌制。



香茅草排骨
干巴菌摊鸡蛋
汽锅鸡
竹筒饭

48元
22元
38元
6元

合计
114元

温馨提示：胡同里，没停车位，最好打车或者乘地铁前往。

地址：东城区东四四条甲83号

电话：010-64065882

环境：整洁

服务：随叫随到

适合客路：❤️👤👤👤

蒜泥肘子 算是这里的招牌，这是踏踏实实是北京家常口味，蒜泥不是像川菜蘸料中捣成泥，而是用刀切成碎块，一定要搭配上酱油，而且是北方的黄豆酱油。



悦宾饭馆



中国第一家个体私营饭馆，主打地道的北方家常菜。



五丝桶 在30年前，这算是一道创意菜，虽然仅仅是把各种蔬菜丝卷起来。早些年这道菜在北京外国人圈子里名声响亮，20世纪80年代，几乎每个外国使馆都曾有人来此吃饭。

这里是“中国个体第一家”，1980年开业，对于我们来说，其时代意义远远大于其美食意义。

胡同里的餐馆总是有着亲切的味道，在这里吃饭也经常能见到刘桂仙老两口儿在店里招呼客人。菜谱上都是家常菜，看家的几道拿手菜几十年没有变化过，许多人十几年前吃过这里的蒜泥肘子，现在吃，还是一个味儿。任何事都需要坚持，美食也是一样。蒜泥肘子很香，很家常，炖得很烂，肥肉瘦肉可以一起大嚼，典型的北方家常菜；另外一道糖醋排骨在许多餐厅的菜单上都已经见不到了，这里还有，并且依然是老北京的味道，糖醋味道很浓，但是又不刺激，排骨入味，并且酥烂。黄瓜虾仁也很实惠，虾仁不是冷冻的那种，而是厨师一个个手剥的，个很大，配上黄瓜刚刚好。另外一道值得推荐的是五丝桶，几种蔬菜切成丝，拿小饼卷着吃。

菜品朴实，没有什么花活，也不跟着流行趋势前进，一直这样了几十年，成了一个小小的传奇。



糖醋排骨
蒜泥肘子
红烧茄子
芫爆肚丝

39元
45元
18元
32元

合计
134元

温馨提示：悦宾规模不大，在同一条胡同里有一家悦仙饭馆，跟他们是同一家。

地址：东城区翠花胡同43号

电话：010-85117853

环境：整洁

服务：随叫随到

适合客路：👤❤️👶



酸汤鱼 算是每一家贵州餐厅的当家菜，这道菜的质量关系着餐馆的口碑。

君琴花



十几年一如既往的传统贵州风味，一度成为北京一群文化名流的“食堂”。



魔芋辣子鸡



拌折耳根 折耳根也叫鱼腥草，四川的吃法是吃叶，贵州的吃法是吃根。这道菜性格分明，爱之者视如珍宝，鄙之者视如弃楼。

一度这里是北京一群文化人的食堂，这里跑堂的小伙子叫大勇，北京的文化名流他认识得比我多。

君琴花在三联书店的北边十几年了，这里的菜品一直都是传统的贵州风味。这里的酸汤鱼汤色浅红，不像其他贵州菜馆那样浓墨重彩，颜色鲜红，可是品尝一下就能顿见高下，不少地方的酸汤已经算不上酸汤了，这里的依然保持着古法发酵——用米汤发酵成为白汤。夹一块鱼肉，蘸着调料放进嘴里，鱼肉鲜美，酸汤酸得恰到好处，混合着调料中的香辣，多重的口感如同一次味道风暴，裹挟着美味、鲜嫩、爽滑、刺激，冲过口腔，抵达食道。

糟辣土豆片也是每次必点之菜，土豆片切得薄厚适中，用糟辣椒炒后，绵软粉糯。口味咸辣鲜，我每次都是用一大碗米饭就着吃下去的。



酸汤鱼 2斤
魔芋辣子鸡
小米炸
炆锅鱼
酸萝卜炒鸡杂
糟辣土豆片
咕嘟饭

76元
35元
18元
38元
22元
12元
10元

合计
211元

地址：东城区美术馆后街88号

电话：010-64047600

环境：嘈杂

服务：随叫随到

适合客路：👤❤️👤



老北京铜锅 典型的老北京铜锅,但并非炭火,而是放在煤气灶上,这在火锅形式多种多样的今天,稍显简陋。

宏源涮肉城

2人吃

传说中的“南门涮肉”,有老北京最本分的美味。



鲜鱿鱼须



鲜羊肉 上面的生鸡蛋不是单纯的装饰,其中的门道就是经过蛋白浸染过的羊肉有更为鲜嫩的口感。

餐馆开的时间长了,会被食客起许多昵称,“南门涮肉”就是特指天坛南门的宏源涮肉城,时间长了,老食客们互相说一句:今儿晚上南门,吃涮肉。感觉有些像接头暗号。

这里是北京生意最好的涮肉馆之一,多少年了,似乎随时去都是人声鼎沸,晚一点就要排队。北京算是涮羊肉的老家,能把涮羊肉做到如此火爆,的确是个不一般的活计。清汤锅底搭配上味道不错的羊肉,和不锈钢小碗里的小料,这种简单的吃食,却有了老北京最本分的美味。肉质嫩,涮不老,要是有羊肉的特殊爱好者,可以尝尝这里的涮羊尾。涮羊尾,乃是吃涮肉的高级段位,切成薄片的羊尾油泛着半透明的光,古人用羊脂形容美玉,而今人把“羊尾”歧义了,你中学同学有没有一个叫杨伟,后来改名的了?



锅底(含小菜、糖蒜、花生、一盘豆腐、几片大白菜和一坨粉丝) 20元
 牛羊肉拼盘 38元
 鲑鱼丸 28元
 羊上脑 25元
 小料/2份 10元

合计
121元

地址:东城区永内东街东里13号楼
 (近天坛南门)

电话: 010-67017030 67032141

环境: 嘈杂 服务: 随叫随到

适合客路: ♥️ 🍷



晋蹦鲤鱼 这道菜做起来也颇麻烦,首先是温油炸制,炸制后还要保持原有的鱼形,并且鱼形要保持很长时间不塌软,酱汁浇在鱼身上的瞬间会发出清脆的声响。

奥华餐厅



这里是北京罕有的靠谱的天津馆子,别号“老张记”。



墨鱼仔 许多地方都能吃到墨鱼仔,但这里是带籽的墨鱼,吃的时候有更多美妙口感,墨鱼籽软糯,香。

这家餐厅别号“老张记”,是天津的兄弟二人开的,1994年营业,到现在已经17年了。一件好古董应该有包浆,一家好餐馆也应该有“包浆”,只有开了十几年之后,小馆子依然,菜品厨师依然,老客人依然,老板的殷勤依然,那种包浆的感觉才能从门牌、桌椅、收银台、包房的窗户……一一反射回来。

其实这里主打天津菜,北京与天津如此之近,但是在口音、喜好、气质、口味的区别上却是大得惊人。北京罕有靠谱的天津馆子,除了满大街的煎饼果子和go belive 的狗不理包子。

在这里能吃到地道的天津风味,比如晋蹦鲤鱼,这是以带鳞的活鲤鱼炸溜而成,盘踞在盘中,栩栩如生。这道菜肉质酸嫩,大酸大甜,最赞的是酥,鱼皮酥脆,连鱼骨也没有什么抵抗力。还要赞美这里的干炸白虾,酥脆,毫无抵抗力,香且美。



晋蹦鲤鱼
酱烧蚬仔
虾仁独面筋
白米虾

28元
25元
18元
12元

合计
83元

温馨提示: 停车不便, 尽量乘坐公共交通前往。

地址: 东城区台基厂大街20号

电话: 010-65244021

环境: 整洁

服务: 随叫随到

适合客路: 人 心 花 店