

非吃不可系列

211家超赞人气餐厅 新上榜38家, 下榜27家



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

2012-2013 吃货指南

全新升级



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。



旅游教育出版社

ZTC

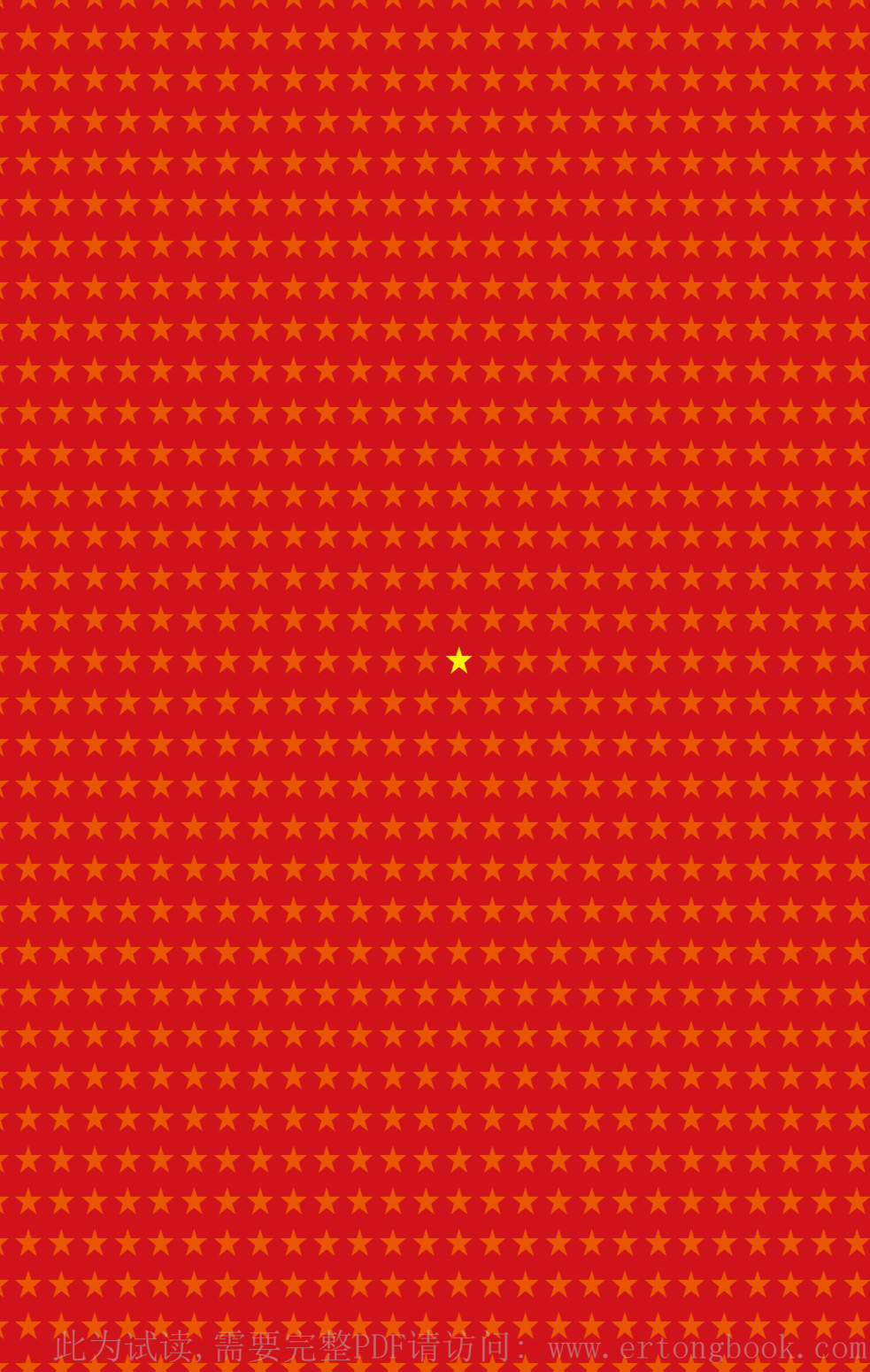
紫图

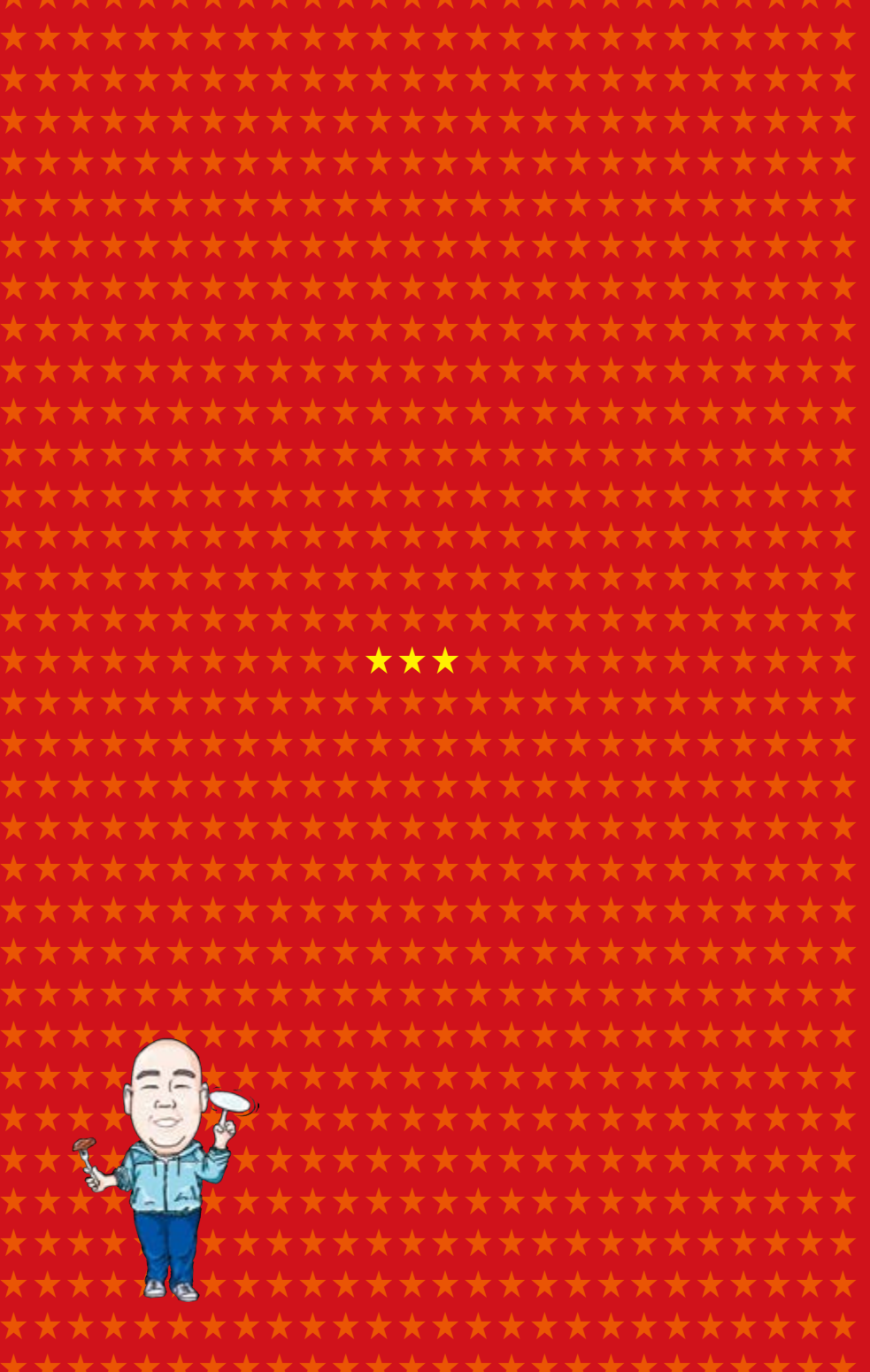


作者简介

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

211家
超赞人气餐厅



旅游教育出版社

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；热门熟路的老字号；新开业半年以内的。

3. 吃货速成指南

把这211家餐馆吃完一遍，基本上能解决你与狐朋狗友的吃饭问题，以及游刃有余地招待七大姑八大姨。

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。



2012年版自序

为什么要升级？

在新版本里删掉了我觉得不那么靠谱的餐厅，增加了许多新的、好的餐厅；2011年涨价严重，按照上一本书的价位指南已经无法吃到那些推荐的吃食，在这本书中，一一作了修正和调整；一本指南书要的是贴心，在这本书中，我增加了许多细心的贴士，诸如是否有地铁，能否送外卖，是否有无线，停车位如何……这些细心的贴士希望能给你带来更多方便。

一、北京餐饮行业变化之快超乎我们想象

从根本上来说，指南是徒劳的，尤其是美食指南。人有百口，口有百味，你觉得甘美异常的，他觉得不过寥寥，你味如嚼蜡，他却吃得津津有味，这些都是平常事。大多数美食指南都会有一个团队在操作，包括著名的《米其林美食指南》，这是为了保持全面和客观，而我单打独斗，凭着私人味觉和个人审美来选择餐馆，没有广泛的论证，没有严格的标准，最多是我和周围的朋友们都觉得不错，代表着口味审美相似的人的视角，从这个角度，这本美食指南多少有些片面。

我决意将错就错，一意孤行到底，做纯私人的口味推荐。如果你和我口感审美相似，自然会觉得心有戚戚焉，文字中某一句话能搔到你的痒处，不免有知音之感；如果你和我的口感千差万别，我尽管尽量做到平衡和丰富，你还是觉得里面的餐厅偏油腻偏阳性，没有太多情调小店和知名餐厅，也不要气馁，我力图把一篇篇食评写得有趣，即便不亲力亲为地吃，光看看文字和图片也能觉得好玩，足以消磨一下无聊时光。

不少人问我这200多家餐厅的标准为何？凭什么上一本书入选的餐厅这一本就删掉，新餐厅就入选，评分就有不同？

北京餐饮行业变化之快超乎我们想象，上一本书出版不过半年，我就陆续收到探子来报，某家已经关门了，某家拆迁了，某家换招牌了，某家涨价了，某家换厨师了，某家没有你推荐的那道菜了，不免叫人觉得白云苍狗。几个月之前，我去了一次巴黎，手里持着几年前出版的城市指南，如今依然好使，一家咖啡馆开了上百年，一家小餐馆是一战时期开业的，只需按图索骥便可，北京不一样，这座城市变化之快，总是以迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当之势。

如此一来，这本口腹之欲的小书，从某种层面，也是为我们的城市口感立传，那些消失的餐馆和菜品都在一页纸上封存。

当然了，并非新入选的就会比被我删掉的馆子靠谱好吃，就像你离了婚，续了弦，第二个老婆可能比第一个老婆更糟糕。可我们总得有个理由“换个姿势，再来一次”。如果你细细吃，会发现这所有的馆子大基调有相似之处，类型化有点严重，这实在是由我低下的味觉审美决定的，这也像找对象：你觉得你前前后后交往了十个人，事实上你找来找去找的都是一个人。

二、物价高涨，100 元之内，闪转腾挪

有一阵子，我每月关注 CPI 的增长，物价不断上涨，工资纹丝不动。我甚至想这本书参照每年 CPI 食品领域增长速度每年变化，比如 2011 是 100 元吃遍，到了 2012 年就是 123 元吃遍，以此类推，到我老了，会不会变成 1000 元吃遍？

后来还是否了这个意见，我决定继续在 100 元之内，闪转腾挪。

2011 年，餐馆圈的头等大事是涨价。CPI 月月都在创新高，蔬菜肉蛋奶，集体涨钱，这些都最直接地体现在菜单上。没有体现在菜单上的还有房租增长（四环路稍微看得上的地方房租说出来就能吓人一跳），人员工资增长（以前 1000 块钱能招到伶俐懂事的服务员，现在顺眼的服务员也得 2000 块钱起步了）。直接的后果是：您拿着 2011 年 6 月出版的《100 元吃遍北京》，2011 年 12 月走进书里信誓旦旦推荐的餐馆，翻开菜谱，发现菜价都涨了，38 元的涨到 48 元，8 块钱的一碗面涨到 12 块，整体菜价都涨了 20%。

在这股涨价风潮之中，受冲击最大的还是这些“100 元吃遍”的小馆子，尤其是小吃。包括北京在内的许多城市，小吃文化在逐渐消亡，传统意义上的小吃，多是制作繁复售价便宜，需要高超的技艺，却又赚不到什么钱。于是一部分小吃消亡，一部分小吃市场化，提高售价，被保护，被展览，成为城市文化的小注解。事实上，在我看来，小吃之中最诱人的并非吃食，而是隐藏其中的市井生活细节种种，是说话聊天，讲究捌飧，是互相唱诺，有里儿有面儿，至少我走在北京的各式各样的小吃街上，早就见不到这种朴素和闲散。

我尽量在人均 100 块钱之内吃到更多的好吃的东西，在我看来，美食没有贵贱，英雄不问出处，不能说在高级食肆吃到一粒昂贵的日本干鲍，就比在早餐摊排队趁热乎吃下俩烧饼一碗杂碎汤获得更多的幸福。虽然美食无贵贱，食材却有贵贱，好食材必然贵过烂食材，地沟油必然会便宜，添加剂必然更方便，我们需要在 100 元之内躲开这些食品安全的地雷，这对我来说是最大的挑战。

三、每一次美食都是一次冒险

北京在餐饮上是个奇怪的城市，这里有数量庞大的五星级酒店，豪华餐厅，讲究的西餐，燕鲍翅海鲜酒楼，不为人知的私人会所，各种奇技淫巧，山珍海味；基础美食却又粗糙敷衍，不敢随便走进一家便宜小馆，随便走进去了又不敢随便点菜，随便点了又不敢随便吃，四处埋伏着地雷。而在其他许多城市，这种状况要好的多，以我经常去的城市为例：上海、成都、重庆、杭州……基础美食相对发达，随便在一家小馆子里吃饭，都在及格线之上，偶尔还会有惊喜。

这是首都特色，这个城市有大量的“商务宴请”，于是脱胎产生了大量的装修金碧辉煌，相当有面子的餐馆，这些豪华餐馆如同脸上贴金，我却只想撇开表面这层浮华，牙齿朝下，寻找北京血肉之间有温度的吃食。

每一次美食都是一次冒险，我喜欢混迹其间的热络胜过某一款食物。在深夜的路边烧烤，周围的人聊着各种人生段子，吹着上亿元的工程，夸口跟某个大腕的铁磁关系，往往听得我乐不可支；在小馆子跟厨师长聊天，喝着普京啤酒，他会偷摸的从后厨端来一道菜单上没有的菜，听他聊某一款菜的独门秘籍，跟某个女食客似有非无的绯闻；在鼓楼边吃卤煮的深夜食堂，周边坐着拉活儿的哥，夜店刷完夜的姑娘，胸前纹着青龙背后纹着猛虎胳膊上纹着骷髅脖子上带着金链子的青皮大哥，貌似文化人的醉酒大叔，我身处其中，像被浇了一泡尿的冬青树，顿时挺拔了一些。

这些家常的，草根的，狭仄的，好吃的小馆子，其实是这个城市的“气眼”，即便我们面对的是死棋一片，因为这些食物的缘由，我们又扑腾扑腾活过来。

经常会有人问我：这些餐馆中你最喜欢的是哪一家？我会说：其实我最喜欢的那一家餐馆根本没有在这本书里出现。我不想提及那家餐馆的名字，不想叫别人知道它的美好，香甜，我一个人收藏了它的滑腻，它的芳香，它每一个层面的口感，它的冷，它的热，它美妙的狭仄，以及无限的嘈杂，你不必猜测它在哪里，没有按图索骥，也没有画饼充饥。我多想骑在马上，跟你们招手，双手抱拳，说一句，后会有期。

如果 2012 年能顺利过去，我们 2013 年见。在这一年，惟愿酒肉宽敞，饭菜响亮。

小宽

2011 年 11 月

目录 contents



花100元，到底能吃什么？ ... 4
2012年版自序：为什么要升级？ ..5
如何使用本书 14

东城美食

奇门涮肉 20	埃蒙小镇 29
嘉陵楼 21	宽板凳老灶火锅 30
爆肚皇 22	28号院私家菜..... 31
孔亮火锅 23	大里院子 32
东北人 24	文字奶酪店 33
老李烤串 25	姚记炒肝 34
百米粒 26	Cafe Sambal 35
18茶院..... 27	天下盐 36
猜火车 28	北新桥卤煮 38
	小彻甜品 40
	黄河水 41
	君琴花 42
	丹桂餐厅 43
	张妈妈特色川味馆 44
	馅老满 45



藏红花	46	奥华餐厅	61
昔巷	47	煲煲好	62
丽江庭院	48	秦唐府	63
汤城小厨	49	川骄火锅	64
今	50	万柳阁	65
月盛斋马家老铺	51	新乡杨记红焖羊肉	66
太兴餐厅	52	重庆老汤锅	67
悦宾饭馆	53		
前门M餐厅	54		
天兴居	55		
国营新成削面馆	56		
宏源涮肉城	57		
黔味轩	58		
满朋轩	59		
唐宫海鲜舫	60		

西城美食

云南味道	70
孔乙己	71
四味柳州螺蛳粉	72
Life List	73
东兴顺爆肚张	74

杏园餐厅	75
八条一号	76
惠丰老北京饺子楼	77
延吉餐厅	78
砂锅居	79
德顺楼	80
聚宝源	81
吐鲁番	82
白记年糕	83
众乐家常菜	84
新川面馆	85
王胖子驴肉火烧	86
热盆景	87
京天红	88
老好吃鸡架城	89
张记酱牛肉	90
晋阳饭庄	91
洪运轩	92
齐鲁饭店	93
秋栗香	94
华天峨嵋酒家	95
港丽餐厅	96
西单翅酷	97

江边城外巫山烤全鱼	98
新疆饭庄	99
龙人居	100
金融街洲际酒店巨扒房餐厅	101
西来顺	102
张记一枝花羊汤	103
南来顺	104
美味斋	105
烤肉宛	106
陈记卤煮小肠	107

朝阳美食

一坐一忘	110
Glen	112
泰和草本工坊	113
THE TREE	114
Let's Burger Plus	115
皇家慕喜	116
Alameda	117
木叶炭火烧肉	118
烧肉人	120
Colibri Café (蜂鸟)	121



面吧	122	凯宾美食廊	148
DK1308皇冠自酿啤酒坊	123	王妈手撕烤兔	149
金链花泰餐厅	124	鼎泰丰	150
Danger Doyle' s.....	125	四川简阳羊肉汤	152
三只耳	126	开小灶	153
顺风123	127	绿茶	154
泰厨	128	Awfully Chocolate.....	156
三样菜	130	响Hibiki	157
老坑记	131	悦园	158
杨家火锅	132	国贸烤翅	159
意大利家庭料理	134	潮香洲	160
Oden.....	135	马村鱼头	161
甜蜜生活	136	侃谱	162
另有天	137	岳麓山屋	163
番茄火锅	138	常州宾馆	164
三摩地素食茶艺空间	139	秀	165
福满园	140	Gourmet Corner	166
易舍	141	悦食悦香	167
将太无二	142	湘鄂情·源.....	168
晋德小馆	143	意之乡	169
衡山汇	144	巴黎贝甜	170
无敌家	145	王家渡	171
一家一饭堂	146	好书吧	172



湘肠香	173
紫光园	174
老思福面馆	175
冯记米粉	176
其香居	177
双树农家院	178
新元素	179
望京一号	180
奖忠洞王猪蹄包肉	181
火炉火烤肉	182
美院餐厅	183
味拉奇鱼酷	184
鱼掌门火锅	185
华威肉饼	186
杨记麻辣烫	187
河南大厦豫香苑	188
优品106号精制家常菜馆	189
北容酒楼	190
大胡子	191
爽! 桂桂	192
西德顺爆肚王	193
双流老妈兔头	194
田树的厨房	195

百里香	196
富春江	197
龙顺园麻辣香锅	198
旺顺阁鱼头泡饼	199
甲21号	200
梧桐·小聚	201
胡椒厨房	202
晴源天地卤煮小吃店	203
私房牛肉汤	204
湘极了	205
新川办	206
李小老烧饼	207

海淀美食

表里如一	210
吉祥鸟	211
泰笛黛斯	212
南京大牌档	213
锦府盐帮	214
翠清酒家	215
柳林餐馆	216
基辅餐厅	217



大永徽	218
燕兰楼	219
海碗居	220
柴氏风味斋	221
香草香草	222
火洲客	223
螺蛳粉先生	224
兰香楼	226
那家小馆	227
黄叶村	228
宝琴傣味餐厅	229
海参王	230

周边地区美食

兰特伯爵	232
嘉丰湘菜馆	233
山水间羊蝎子	234
十全舫	235
冠坤会客厅	236
好嫂子刀削面	237
烙饼卷带鱼	238
天雅居	239

大溪地	240
国顺正宗驴肉饭店	241
意大利农场	242
劳模山庄	243
渔家傲	244
晋风庄园	245
金泓源度假村	246
春园饭庄	247

吃货絮语	248
------------	-----

小宽的吃和写/陈晓卿

吃货心情	250
------------	-----

风吹哪页吃哪页

拼音索引	254
------------	-----

菜系索引	259
------------	-----

花絮	264
----------	-----

后记	266
----------	-----

致谢	267
----------	-----

吃货笔记	269
------------	-----



如何使用本书

菜品实例图片

照片均来自作者现场拍摄。

餐厅特色

让读者在无暇细看时，一目了然。

餐厅名称

几人吃

菜单可供几人数，读者点菜时可酌情增减。

推荐菜单及价格

招牌菜以及口碑良好的菜，均标注人均价格及单价。

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。



天下盐

美食兼具诗性和艺术性，堪称川菜中的后现代派。

天下盐在南新仓，600年前这里是皇家粮仓，如今这里古色古香，佳肴与美酒共同分享。这里做有意思的川菜。其实对我来说，所有的菜品都不是吸引我的原因，最吸引我的是这里的大厨兼总经理二毛。香艳到师兼诗以诗人，他本人才是这里的人气招牌菜。听他讲菜如同他用舌头帮你做了一道菜。

而且他善于创新，在天下盐，总能吃到一点出乎意料的菜品，比如形式与内容艺术性结合的王献之排骨。比如一道菜被命名为百年孤独。这里也有一系列的煲菜，不是南方系，而是川菜中的后现代派。

这里的两道菜百吃不厌：二毛鸡杂和贵氏牛肉。分别是以两个美食家命名，二毛鸡杂被杂乱的盛放在干锅内，看上去就有一种明是足的矫健，细品品尝更是香艳异常，如同一个下午坐在街边，忽然射过来的一道光，据说里面放了一些泡菜汤，味道中又多了一些轻佻的美。遗憾的是鸡杂里没有鸡肠，“宁舍爹娘，不舍鸡肠”啊！而贵氏牛肉则是美食家贵阿的拿手好菜，温润敦厚。菜如其人。许多人喜欢这道菜的汤汁胜过软嫩的牛肉。

我也爱吃鹅掌熊鱼锅，这是一道典型的诗人菜，因为一般人很难把鹅掌和熊鱼联系在一起，诗人讲究词语的碰撞。诗人大都讲究的是食材的混搭。事

人均 65元

地址：东城区东西十条22号南新仓文化休闲街

电话：010-64096185

环境：高雅 服务：随叫随到

温馨提示：有时也会在这家吃点菜上菜有创意，试试你的运气吧！

温馨提示

作者的贴心小提示，多年经验的累积，一句话就能让食客们省去不少麻烦。

正文

实上吃的时候就能明显感觉二者口感互相补充，真是绝配。其中鱿鱼有两种，干鱿鱼和鲜鱿鱼。一种酸辣，一种保鲜，搭配上脆爽劲道的口感。更令人叫绝的是其中的配菜，以腌萝卜为翘首，统领着配菜味型，微微有点酸，更多的浓重的香软，令人爱不释口。

有时候也能在这里吃点菜单上没有的菜。有一天晚上在这里吃腊肉，二毛私家出品，一群重庆人围坐，我也装着说蹩脚四川话，整个的腊猪脸超级惊艳，我上来就划下拱子，一嚼满口流油，是感觉猪油在嘴里四处喷射的那种，似乎还有滋滋的声响，极度的幸福感。二毛说，这桌饭不是厨师做的，而是他老家的在店里做库管的老爷们做的。我说，那就如同是少林寺的扫地僧做的一样。

王献之排骨 美食需要形式感，这是典型的诗人菜。叫王献之排骨是因为其烹饪方法，犹如排骨。如果用此种方法做猪蹄，是不是要起名献猪蹄猪蹄？



东城区

东西

推荐指数

★ 适合吃货
★★ 值得推荐
★★★ 非常好吃

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。

餐厅所在商圈

进一步集中定位餐厅方向，更方便吃货们查找。

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。

内文图说

基本信息

包括地址、电话、环境和服务。

Tips

- 👤 适合独自前去
- 💑 情侣约会觅食
- 🐶 狐朋狗友聚餐
- 🏠 家人团聚吃饭

- 🚗 包间
- 🅑 停车场
- 📶 无线网络
- 🍷 外卖
- 🚇 地铁

新加