



100
元

闫涛带你 吃遍广州

让你在中国第一美食城 尽享口福!

闫涛——著

广州第一饕客闫涛，
为刁钻的好吃嘴引路!

生猛海鲜、老火靓汤
广式茶点、食过返寻味



闫涛带你
100元
吃遍广州
146家
超赞人气餐厅

闫涛/著

广州

光明日报出版社

图书在版编目(CIP)数据

闫涛带你 100 元吃遍广州 / 闫涛著. — 北京: 光明日报出版社, 2014.2

ISBN 978-7-5112-5777-2

I. ①闫… II. ①闫… III. ①餐厅—介绍—广州市
IV. ① F719.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 314807 号

闫涛带你 100 元吃遍广州

著 者: 闫涛

责任编辑: 庄 宁

封面设计: 紫图装帧

策 划: 紫图图书

责任校对: 张 翀

责任印制: 曹 诤

出版发行: 光明日报出版社

地 址: 北京市东城区珠市口东大街 5 号, 100062

电 话: 010-67022197 (咨询), 67078870 (发行), 67078235 (邮购)

传 真: 010-67078227, 67078255

网 址: <http://book.gmw.cn>

E-mail: gmcbbs@gmw.cn zhuangning@gmw.cn

法律顾问: 北京市天驰洪范律师事务所

印 刷: 北京瑞禾彩色印刷有限公司

装 订: 北京瑞禾彩色印刷有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 889 毫米 × 1194 毫米 1/32

字 数: 140 千字

印 张: 7.25

版 次: 2014 年 1 月第 1 版

印 次: 2014 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5112-5777-2

定 价: 39.90 元

100元在广州可以吃什么？

1. 你可以吃到平民的东西

相对于北京上海，广州是一个更显平民亲和力的城市，餐饮消费光是在价格上就很经济实惠，这也是许多饕客，包括我在内，喜欢广州这座城市的原因，一般的看法是，广州的人均消费不及深圳，甚至只有京沪的一半左右。

2. 你可以吃到粤菜的味道

作为粤菜的重镇大本营，广州较之北京上海和深圳的其它一线城市有着得天独厚的味觉传统，要高中低档雅俗共赏地品鉴粤菜，占了广州餐饮大半江山的粤菜馆子就是最好的选择，粤菜没川菜那么草根，但也算亲民了。

3. 你可以吃到五湖四海的玩意

广州是一个没有什么心理优势的一线大都市，北京和上海总会找一些俾倪众生的优越感，广州几乎是一个洼地，毫无篱栏，各大菜系各国风味在这里都能找到知音，于是落地生根开花结果。

4. 你可以吃到我的友情意见

综合以上三点，再结合自己在广州十多年吃吃喝喝写写说说的亲身经历，我大概能为一些朋友指指点推荐一些餐厅，当然，其中有很强烈的个人喜好在里面，不过，本人偶有特立独行观点，却无惊世骇俗之举，味觉感受还算靠谱。

5. 你可以吃得放心一些

具体到这本书，由于命题作文的关系，一些档次太高的铺子只好忍痛割爱了，因为食材成本的关系，粤菜里有些东西实在便宜不下来。还有就是成都苍蝇馆子这一类的馆子在书里收录得较少，一是经过亚运会城市整容的洗礼，广州像样的大排档已经所剩无几了，二来近年来饮食安全问题备受关注，所以还是稳妥起见吧！再多说一句，有些你听过的“知名馆子”我没有提，可能是一些其它的考虑因素，比如经常发生殴打顾客等等…总之，我想让你吃得放心一点。



跟着吃货走

闫涛来电说要出新书了，要我帮写篇序。现在这世道，求人家写序却不跟人看书稿的内容，只说出版社催得紧，要赶快！好在他不说我也乐得不闻不问，因为现在流行替人写序却不一定专写对方，而是扯谈一些自己或别的事情。不过话说回来，闫涛的兴趣虽然广泛，举凡电影、政治、文娱都喜欢表现一下，但他的新书，我敢保证内容一定与吃有关，理由很简单，因为闫涛是个吃货。

吃货之名，通常是好食之人的自称，带有些许的自贬，就像画家自称是画图的，书家自称是写字的一样，但也带有一些自许。北京的董克平兄，这两年出版了《吃货》和《吃货2》两本美食书，一而再地以“吃货”为书名，说明他对于吃货这个称谓还是蛮喜欢蛮受用的。有意思的是，他却矢口否认自己是美食家。

我们不禁要问，难道美食家和吃货的区别那样大吗？原来在我们的文化里面，美食家只存在于历史和传说之中，比如春秋时能够品尝淄渑之水的易牙，晋代时能够品尝芍药之味的荀勖等，他们超凡入圣，代表着味觉世界的最高境界。而吃货则可以看成是跌落凡尘的美食家，他们处身饮食的江湖，生活在我们的周边，用他们的饮食体验，让我们的生活充满了希冀，引领着我们走上充满诱惑的美食之旅。

闫涛就是这样一位吃货。2007年他出版第一本美食书的时候，吃货之名还不太流行，因此他用上了“饭醉分子”这个称谓。饭醉，当然是吃饱又喝醉，这时疯癫在所难免，要不然为什么要禁止酒后开车？他的文字，犹如惊世骇俗的警句，比如“冻蟹之美胜于偷情”、“豆腐失身以后”、“性感如河虾”、“番禺人民做鸡的精神”等。他自己将这些文字归纳为一个无厘头主义者的美食观察，但这无厘头中却分明透露着一种黑色幽默的无奈。

我与闫涛接触不多，每次都是在酒场中见面。限于天赋，闫涛虽然喜酒但酒量其实不大，几乎是逢饮必微醺，这时他常能妙语连珠，处于尼采所说的酒神状态。我怀疑他那些绝佳的文字，也是在这种状态之下迸发出来的。我的意思是，闫涛是一个真性情的吃货，读他的文字，跟着他走，就好比跟着自己的感觉走。

作者序

乐得饭醉

我所了解的东西——

很多年前我因为看了沈宏非的那本《写食主义》，所以财经也不写了，电影也终于没写成，最后在媒体里足足写了十三年美食，掐指一算，广州这座城市里居然再也找不出一个比我更老资格的美食记者！在一阵自鸣得意之后，竟然是莫名伤感，再写下去，该写什么呢？

作家和记者的身份不同，当然现在不管什么身份的人都能胡乱涂出几本东西出来，在写了百来文字的工作文字之后，我写过以美食为主题的专栏，在零六年的时候以《饭醉分子》的书名出版了，那是一本闲谈的书，和我生活、工作并依恋的广州这座城市的关联不大。

沈宏非老爷子从前辈成为了我饭桌上的长辈，他曾提议我写点实用性的书，算是对具体工作的一个纪录。另一位哥们小宽是位诗人，也是我的同行，在北京的吃喝圈子里出类拔萃之后，他写出了《青春饭》这类我依然热衷絮叨的东西，也写了《小宽带你 100 元吃遍北京》这样实用读物。在他们的鼓励和引荐之后，我打算也狗尾续貂，写这本实用主义的食用主义了。

也算是对这个城市做一份个人总结吧，自从考上大学之后，我就再没离开过这里。

我所了解的广州——

广州是一个最牛的省会城市，无论经济实力社会影响力，还是生活方式文化传统，从多年前的开阜到如今，广州依然是一个以口舌之娱折服全国的城市，如果为一天安排个时间表，那么广州可以做到绝对“原创”，虽然说味觉这种抽象的东西没有固定的标准，但最好的煲汤和烧鹅一定会首推广州；把普普通通的早点变成一顿丰盛的大餐，这一定是广州；到次日凌晨时却迎来一次聚餐的开始，这只能是广州。

人们可以诟病广州的无序，但很快就能适应广州的随意，并且习惯这种无拘束，全国各地先后提出了建设休闲之都的概念，其实广州虽无上好山水以及光鲜街道，可是一句“丰俭由人，四时常备”就足以令人放松了，即便与现今发展势头迅猛的深圳上海等地相比，广州还多了一项平民市井的“群众路线”。

最贵的海鲜酒楼不会在广州，不过“生猛海鲜”的招牌是从这里打出去的，踩着木屐嘀咕过巷的老广就哀矜勿喜了。

我所了解的广州味道——

言及广州，必有味道。

广州作为一个不断动态发展的城市，其滋养出来的味道也是日新月异，尽管在时间的长度上我们常常把一些其实年头不久的菜式定义为“传统老菜”，但实际上广州餐饮喷薄的生命力使得新与旧往往只是不断动态转化着的观念。

三十年来广州人的菜单变化巨大，发扬着老广兼容并蓄的优良传统，不少外来口味稍加时日便成了一种得到身份认同的“广州味道”，讨论变化着的饮食口味，就必须放眼激荡发展的三十年光阴。

八十年代是个萌动春雷的伟大时代，至今还影响着我们，昨天还是在半饥半饱地搞运动，今天便宴开十围地大啖美味了，给人恍若隔世之感。对广州影响最大的还不是一直延续的交易会，而是毗邻的香港同胞纷纷回来“建设祖国看望表叔”了，此时的香港也正是令人怀念的腾飞年代，“拿鱼翅来漱漱口”都说得出来，睽违已久的表叔自然就虚心向香港同胞学习起来。所以港式粤菜扎根广州就开枝散叶，不仅把吃燕翅鲍和生猛海鲜的习气带来广州，还带来了先进的管理经验，一批高档酒楼应时而生。

九十年代则是内心深处的觉醒开放。十年前请你在广州吃三文鱼那真是够时髦，现在刺身发烧友已不愿齿及，这一变化就是在九十年代完成的。中国入世的蜕变使得人们不必经过香港而和世界直接联系，食材的丰富让我们瞠目结舌，以前广州只知道香港的时尚，没想到世界更大，香港也是亦步亦趋地追随别人的时尚，于是港式酒楼在广州叱咤风云的八十年代之后，如今以街头巷尾茶餐厅的平民格调在续写港式时尚。

到了新世纪后，广州人对吃的理解有了升华，环保健康等等概念真正开始落实在行动中，消费观念更趋务实。随着亚运会的洗礼，广州突然间有了一次新的身份认同需求，广州城不再只是一座华南的省会城市，更大的野心自然会表露出特别的气质。

这些絮絮叨叨，不必在图书馆和大学城里钻研，如果有几家吃得熟的食街或老字号，一切便在舌尖上见了分晓。

我所了解的广州餐厅——

广州的包容程度不仅仅是有一个开放的市场准入体制，甚至大大方方兼容进来，湘菜的剁椒鱼头红火得不得了，许多传统的粤菜馆干脆就直接搬过来，说不定若干年后这也成了广州风味之一。

所以不一定到广州就强调要吃什么地道的广州风味，就好像广交会上交易的不全都是广货一样，领略广州餐馆的待客之道就知道什么是平常的包容心。

这里最大的魅力是豁达的平常心和平等的四方人物。中国甚至广州可以说完全是得益于全球化而取得发展，其中的道理我想是这里有把外地菜做得比外地还好的心态，有些东西平静地进入典籍。

所以，广州的餐厅是一种基于广州城市价值体系的吃饭场所，有着基本的服务和相对的性价比，然后，不必介意什么传统和正宗的百分比。

我所了解的广州饕客——

广州人爱吃是众所周知的，但广州人爱下馆子却不死要面子却是独树一帜的风景。

四川人爱吃，但自己动手做的热情要更高一些，所以厨房功夫难分高下，下馆子心得须看岭南。

江浙人和东北人也爱搓馆子，但气场太大，擦碟子的排场消费屡见不鲜，在这个意义上，广州人和爱吃苍蝇馆子的成都人有相通之处。

下馆子是广州人的生活隐私，他们始终处于一种 eating 状态，喜怒哀乐婚丧嫁娶都可以成为下馆子的理由，由于烧鹅等美味实在没法在家中完成，所以他们必须高频率地下馆子。

香辣蟹风靡全国，在广州不过投石落水；全聚德不可一世，在广州只能黯然败退……广州冷淡地让人吃惊，没人否认广州是个理性的市场，这里市场零售消费总额全国第一，但人均餐饮消费在中国只能和二线城市相比，繁华的天河区餐馆的用餐开销甚至低过许多内地省会城市，当然你不能专攻燕翅鲍。

我所想写的东西——

写一个不太稳定状态的东西是很麻烦的事，在非典那年，本来打算总结一下采访过的那些馆子，结果当书稿七七八八的时候，那些餐厅差不多倒了一半。

还有就是关于审美的问题，饮食的爱好是一个很隐私的个人喜好问题，我不相信无疆界的大爱会出现在隐私的领域里，所以，个人好恶一定存在，比如很多人瞧不起推荐酒店里的餐厅，但我以为整个广州最好西餐厅和酒吧大多隐匿其中；很多人以发现类似苍蝇馆子的黑暗料理而四处炫耀，但我觉得我自己吃完都不太舒坦，有些行业的潜规则明眼人一看便知，我也不便明说。

扯完了，我觉得忠实于自己就好，那些感觉是真实的现场，那些味道基本自己愿意再次邂逅，然后基于实用性，给写到的餐厅也打个招呼，希望自己的分享不会成为过期的打折卡。

如果用一个非常不恰当的比喻来讲，从前写书的功能类似于玩微博，试图让自己去影响广泛的人群，而现在的写作，则更类似于玩微信，在一个资讯爆炸每个人都容易信息中毒的时代，朋友之间的私密分享反而显得干净清爽。

如此而已，一些平常心的分享，我得到从容，朋友们也乐得随意，甚好。



《大逃杀》

全世界引起巨大争议的小说
死，或者生，我只是不想坐
以待毙！

定价：70 元



《生命是长期而持续的累积》

用长远的视野去面对人生中的
困难和抉择，走出绝望与焦虑

定价：39.9 元



《越花钱的人越有钱》

84% 的有钱人都是富二代，
拼爹不如跟有钱人学如何花钱

定价：32 元



《中国自助游》2014 升级版

连续13年畅销经典 品质领
先 口碑超群

定价：39.8 元



《海外一周自助游》

全球旅行家为中国人量身定
做，省时、省力的旅行宝典

定价：89 元



《中国古镇游》

连续13年中国最畅销
古镇游手册

定价：39.8 元

ZITO 意见反馈及质量投诉

紫图图书上的 ZITO 专有标识代表了紫图的品质。如果您有什么意见或建议，可以致电或发邮件给我们，我们有专人负责处理您的意见。您也可登录我们的官网 www.zito.cn，在相应的每本书下留下纠错意见，纠错人将得到实物奖励。如果您购买的图书有装订质量问题，也可与我们联系，我们将直接为您更换。

联系电话：010-64360026-103

联系人：总编室

联系邮箱：kanwuzito@163.com

紫图官网：www.zito.cn

ZITO 官网试读：先读后买，买得放心

强烈建议您进入官网试读

紫图官网：<http://www.zito.cn/>

奇迹童书：<http://www.qijibooks.com/>

试读其他高清晰电子书，先看后买！



紫图淘宝专营店：<http://zts.tmall.com>（直接买，更划算）

紫图微博：[@紫图图书](#)（每日关注，阅读精彩）

奇迹微博：[@奇迹童书馆](#)（有爱，有梦想）

名牌志微博：[@名牌志 BRAND](#)

订购电话：010-84798009 64337183



进入紫图官网每本书都有高清晰试读！



《100元吃遍香港、澳门》

2014-2015吃货指南
平民大饭堂250间
定价：39.9元



《吃,改变人生》

食全食美 十年精选
定价：39.9元



《大米比药好》

会吃大米的人不失眠
不发胖 不得三高
定价：32元



《飞哥带你100元吃遍成都》

2013-2014吃货指南
全新升级
定价：39.9元



《小宽带你100元吃遍北京》

2013-2014吃货指南
全新升级
定价：39.9元



《番茄蛋汤带你100元吃遍上海》

2013-2014吃货指南
沪上美食202间
定价：39.9元



《家宴圣经》

蔡澜等五位顶级美食家
真诚推荐
定价：98元



《妈妈的柴火灶》

川籍诗人大厨二毛
精选五十道妈妈菜
带你重温旧日的幸福
定价：39.9元



《青春饭，我们都爱重口味》

一个美食狂人
从酒桌上看出来的真人生
定价：28元



《我的川菜生活》

道尽川菜之野性与优雅
感受菜谱中的江湖人生
定价：38元



《路边的川菜史 1》

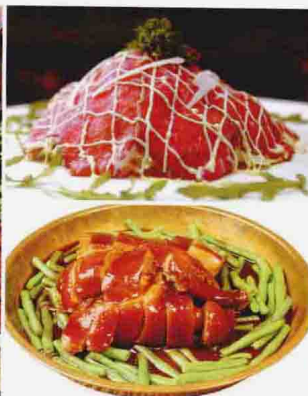
23道正宗川菜的前世今生
看着就让人流口水
定价：39.9元



《路边的川菜史 2》

即使排队排到腿软，也非吃不可的50道成都小吃
定价：39.9元

目录 contents



100 元在广州可以吃什么? ..	4	渝城味都.....	31
推荐序: 跟着吃货走	5	河南老家.....	32
作者序.....	6	湘里外婆菜馆.....	34
广州城区示意图.....	16	喜马拉雅藏吧.....	35

越秀区美食 36家

麻田会.....	20	蕉叶.....	36
陶然轩.....	21	骨留香火锅店.....	38
黄鳝世家.....	22	表哥.....	39
多利来美食店.....	23	文森酒吧.....	40
Casa Bella	24	秀日本吧.....	41
柏悦.....	26	老刘野生大鱼.....	42
鹅仔饭店.....	27	洞庭土菜馆.....	43
惠食佳海豹蛇.....	28	有骨气.....	44
农家鸡.....	29	常来.....	45
乙古香.....	30	阿根廷主题餐厅.....	46
		天极品.....	48
		富林酒家.....	50
		巴辣巴辣成都小馆.....	51



唐苑.....	52	善.....	73
荣生集北水蛇粥.....	53	悦语.....	74
石磨老爹.....	54	徐博馆.....	76
老西关濠粉.....	55	品沪轩.....	77
点都德.....	56	甜星榴莲.....	78
金成潮州酒楼.....	57	六绿.....	80
湘西芷江鸭.....	58	六六寿司店.....	82
东来顺.....	60	潇湘粤语.....	83
BIRDIE 烧烤.....	62	东兴饭店.....	84

天河区美食 57家

空中一号.....	66	藏湘馆.....	90
南海渔村.....	67	诸葛烤鱼.....	91
开饭.....	68	东灶鱼头火锅.....	92
六合茶米香.....	70	二娃.....	94
川味香辣馆.....	72	海南羊庄.....	96

一方渔家.....	157
望江楼饭店.....	158

白云区美食 11家

鑫桂圆.....	162
八水长安.....	164
刘一手.....	166
名蚝.....	167
喜临海鲜.....	168
光明顶.....	169
江南渔乡.....	170
御福湛江鸡海鲜酒家.....	171
沙河粉村.....	172
盆满钵满.....	174
小湘汇.....	175

荔湾区美食 12家

老西关美食城.....	178
鹅潭壹号.....	179
广州酒家.....	180
水蛇村.....	181
鸭五件.....	182
鹅公村.....	183
祈福酒家.....	184

松记食府.....	185
泮溪酒家.....	186
食养坊.....	188
侨美食家.....	189
西关粤.....	190

海珠区美食 14家

海底捞.....	194
御信.....	196
滩万.....	197
金色河畔西餐厅.....	198
一洲汇.....	199
米库.....	200
张记羊肉.....	202
悦豪海鲜.....	203
涟漪床吧牛扒.....	204
洛奇先生.....	206
森泽之悦.....	208
新兴家喻.....	210
鱼胜大条鱼海鲜酒家.....	211
顺德公渔村.....	212
拼音索引.....	220
菜系索引.....	225
吃货笔记.....	231





百元美食·系列



100元 闫涛带你吃遍广州

让你在中国第一美食城 尽享口福!

闫涛——著

广州第一饕客闫涛，
为刁钻的好吃嘴引路!

生猛海鲜、老火靓汤
广式茶点、食过返寻味



越秀

番禺

天河

荔湾

白云

海珠

