

清远市政协文史资料第20辑



清远特产与美食

政协清远市委员会 编

广东省出版集团
广东人民出版社

清远市政协文史资料第20辑



清远特产与美食

政协清远市委员会 编

广东省出版集团
广东人民出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

福地清远之清远特产与美食/政协清远市委员会编. —广州: 广东人民出版社, 2009. 3

ISBN 978-7-218-06162-7

I. 福… II. 清… III. ①土特产品—简介—清远市②饮食—文化—清远市 IV. F762.7 TS971

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第024670号

责任编辑	钟菱
封面设计	友间文化
责任技编	黎碧霞
出版发行	广东人民出版社
印 刷	广州家联印刷有限公司
开 本	889毫米×1194毫米 1/32
印 张	6.75
插 页	32
字 数	200千字
版 次	2009年3月第1版 2009年3月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-218-06162-7
定 价	28.00元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与出版社 (020-83795749) 联系调换;

【出版社网址: <http://www.gdp-ph.com> 电子邮箱: sales@gdp-ph.com

图书营销部: 020-34075206 83790604 83781020】

编辑委员会

主 任 邹学军

副主任 阮灶新 杨树新

委 员 李雨松 谭炳和 朱明接 潘绪光

邓三妹 唐远强 李 华 胡继松

雷玉春 刘丽达 冯伟洪

主 编 胡继松

副主编 刘丽达



地清遠

/清/远/特/产/与/美/食



清远乌鬃鹅



清远麻鸡



清远笋



清远冰糖桔



英德茶



粤北行公司产品



林中宝公司产品



英石王

英德英石盆景



地清遠

/清/远/特/产/与/美/食



连州腊味



连山沙田柚



连州水晶梨



地清遠

/清/远/特/产/与/美/食



阳山鸡



阳山板栗



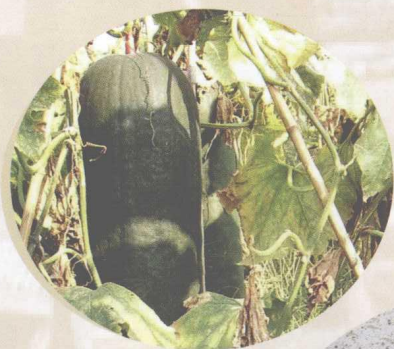
阳山同冠梨



阳山反季节蔬菜



瑶族刺绣



清新黑皮冬瓜



佛冈粉葛

序言

清远市政协积极推动“福地清远”品牌的构建，2007年初组织编写并由广东人民出版社出版发行了《福地清远》一书，带头唱响“福地清远”主题曲；现继续推出《福地清远》系列专辑，着力打造“福地清远”这一文化品牌。

这本由广东人民出版社出版发行的《福地清远之清远特产与美食》专辑，就是《福地清远》的系列之一。全书采用说明文和散文文体，分九篇对清远市域范围的150多款本土特产与美食进行介绍和概说，这些地标家禽、奇珍异果、美食佳肴、壮瑶风味及名优产品等，林林总总，尽现特色。如此集中介绍清远特产美食，当属首次，是颇具开创意义的。

相信不论是清远本土人，还是来清远旅游作客的外地人，都会说清远山好水好人好，问清远有什么好玩的，人人都能说个大概，但要问清远有什么好吃的，恐怕很多人只知道清远鸡、清远鹅、北江河鲜，别的就不知道了。现在，你只要有了这本《福地清远之清远特产与

美食》，你就知道清远都有些什么好吃的，到了清远，你就可以去品尝有清远特色的美味佳肴。此书的出版，对推介清远，对“福地清远”品牌的构建是具有长远意义的。

清远市政协一直致力于清远大文化建设，致力于清远“福地文化”的发掘，致力于“福地清远”文化品牌的打造；目的是助力于清远经济社会的又好又快发展，助力于清远和谐文明社会构建，助力于清远未来的清音远播和清明广远，是很值得赞扬的。

我期待市政协继续推出《福地清远》的下一专辑。是为序。



2009年1月8日

（序言作者陈家记，系中共
清远市委书记、市人大主任）

第一篇 地标家禽

- 清远地标清远鸡 / 2
- “天庭仙雁”乌鬃鹅 / 4
- 爽脆鲜嫩阳山鸡 / 7
- 连山麻鸭鲜香甜 / 9

第二篇 自然珍品

- 连州藤婆茶 / 12
- 神奇的嶂顶茶 / 14
- 英德苦丁茶 / 15
- 笔架山柚果茶 / 16
- 阳山黄垚山茶 / 17
- 清新骆坑笋 / 19
- 英德麻竹笋 / 20
- 石联黄甘竹笋 / 22
- 清西篱耕笋 / 23
- 星子百合 / 23
- 星子白菊花 / 25
- 岩背高山野菊花 / 26
- 乡村狗爪豆 / 26
- 瑶山天鹅菇 / 27
- 瑶区山禾米 / 28
- 瑶山木耳 / 28
- 连南冬菇 / 29
- 连山蜂蜜 / 29

第三篇 北江河鲜

- 河鲜的极品 / 32
- 峡江河鲜引袁枚 / 33
- 仙风道骨长湖鱼 / 35
- 英德乌尾螺 / 36
- 太平“鲍鱼”黄沙砚 / 36



目录 CONTENTS

第四篇 风味小吃

- 九龙豆腐 / 40
- 山塘豆腐 / 41
- 客家酸豆腐 / 43
- 七拱汤糍豆腐润 / 44
- 星子扣肉 / 46
- 鲜笋煲猪肉 / 48
- 客家蒸腩肉 / 48
- 洲心烧肉 / 50
- 星子网油包猪肝 / 50
- 石潭豉油鸡 / 51
- 洲心烧鸡 / 52
- 三坑瓦撑鸭 / 53
- 潞江焖鹅 / 55
- 连州水绿菜 / 56
- 东陂水角 / 57
- 连州炖盆糍 / 58
- 潭岭棕糍 / 60
- 阳山黄芒粽 / 61
- 客家捏糍 / 62
- 客家春糍 / 63
- 猪嫫皮糍粑 / 64
- 客家油糍糖环 / 65
- 清江荷包蛋 / 66
- 温泉浸鸭蛋 / 67
- 神磊山春芽咸蛋 / 68
- 神磊山魔芋 / 69
- 黄盆竹筒饼 / 71
- 浚明记米饼 / 73
- 浸潭三坑螺 / 73

目录 CONTENTS

- 林中宝“全菇宴” / 75
滨江擂茶 / 76
柚炭擂茶 / 79
英德擂茶粥 / 81
洲心大粥 / 83
阳山麦羹 / 84
龙山云吞 / 86
山塘鹅汤圆 / 87
客家炒“蛋子” / 87

第五篇 瑶壮风味

- 瑶家火烟肉 / 90
连山米粉肉 / 91
排瑶焖全猪 / 91
红花豆煲山猪 / 92
排瑶水煮鸡 / 93
苦斋鸡汤 / 93
排瑶焖血鸭 / 94
排瑶灌血肠 / 94
排瑶焖牛蹄 / 95
瑶家爆牛皮 / 96
瑶家煨烤鱼 / 96
瑶家香梗烤肉饭 / 97
瑶家竹筒饭 / 98
连山瑶家黑米粥 / 98
瑶家黄粟羹 / 100
韭菜焖水豆腐 / 100
阳爰酿豆腐 / 101
连山糯米豆腐酿 / 102
瑶家大糯白糍 / 103

瑶山野蕨糍 / 104
过山瑶大笼糍 / 104
排瑶大汤糍 / 105
壮胞木叶灰水糍 / 106
壮胞大白糍 / 108
壮家糯米大汤糍 / 109
壮胞“返面”大煎糍 / 110
连山荷包扎 / 111
瑶胞酒 / 112
瑶家酿笋 / 112
瑶胞炒田螺 / 113

第六篇 星级佳肴

清远步步高酒店简介 / 116
步步高酒店名菜（点） / 116
华冠酒店 / 119
华冠酒店名菜 / 119
凯逸大酒店简介 / 121
凯逸海鲜酒楼名菜（点） / 121
清新花园酒店简介 / 124
清新花园酒店名菜 / 125
索菲特酒店 / 126
索菲特酒店乐轩华粤菜厅名菜 / 127
好来登国际酒店简介 / 128
好来登国际酒店名菜 / 128
碧桂园假日半岛酒店简介 / 129
碧桂园假日半岛酒店名菜 / 130
好运餐厅 / 131
清远城市万豪假日酒店 / 132



目录 CONTENTS

第七篇 地方水果

- 连州东魁杨梅 / 134
- 连州水晶梨 / 135
- 阳山板栗 / 136
- 阳山同冠梨 / 139
- 清远砂糖桔 / 141
- 汤塘荔枝 / 142
- 黄花水柿 / 143
- 连山沙田柚 / 144
- 英德果蔗 / 145

第八篇 优质名产

- 清远飞霞液 / 148
- 黄精糯米酒 / 151
- 连南甜酒 / 153
- 连山地禾糯、薏米酒 / 154
- 英德红绿茶 / 155
- 徐其修凉茶 / 157
- 林中宝灵芝孢子粉 / 159
- 红不让牌灵芝茶 / 160
- 阳山淮山 / 161
- 连州蜜枣 / 163
- 星子红瓜子 / 164
- 沙口红瓜子 / 165
- 星子豆沙饼 / 166
- 清江生姜 / 167
- 连山大肉姜 / 169
- 连州沙坊粉 / 170
- 青塘切粉 / 171
- 金瑶山茶油 / 171
- 香梗糯米 / 172

目录 CONTENTS

连山地禾米 / 173
连山有机米 / 174
沙寮粉葛 / 175
水边粉葛 / 178
竹山粉葛 / 179
东陂腊味 / 180
山塘腊味 / 183
石潭腐竹 / 184
龙溪大豆腐 / 185
烟岭深坑莲 / 187
佛冈芦笋 / 188
连镇白萝卜 / 189
大湾豆豉豉油 / 191
汤塘话梅 / 192
连南红薯干 / 192
大角坪辣椒酱 / 193
清新黑皮冬瓜 / 195
阳山反季节蔬菜 / 195

第九篇 传统工艺

排瑶刺绣 / 198
连南青花釉石 / 199
英石假山盆景 / 201
连山黄蜡石 / 204
清远风光 / 207

附录 / 209

后记 / 232

