

吃货旅行
系列图书



走街串巷吃

A
成都

CHENGDU

辛燕 著

山东出版传媒股份有限公司
山东数字出版传媒有限公司

走街串巷吃成都

策 划：刘建伟
责任编辑：章 蒙 钱蕾蕾 陈长芳
撰 文：辛 燕
美术编辑：汝 静

走街串巷吃成都 A

出版发行： 山东出版传媒股份有限公司
 山东数字出版传媒有限公司
印 刷： 山东鸿君杰文化发展有限公司
版 次： 2015 年 7 月第 1 版第 1 次印刷
开 本： 710×1000 毫米 1/16
印 张： 11
字 数： 101 千字
书 号： ISBN 978-7-89991-675-9
购书咨询： 0531-87065151
定 价： 49.80 元（网络－书）

版权所有 翻印必究

如发现本书质量问题，请与公司联系调换。

走街串巷吃成都

策 划：刘建伟
责任编辑：章 蒙 钱蕾蕾 陈长芳
撰 文：辛 燕
美术编辑：汝 静

走街串巷吃成都 A

出版发行： 山东出版传媒股份有限公司
 山东数字出版传媒有限公司
印 刷： 山东鸿君杰文化发展有限公司
版 次： 2015 年 7 月第 1 版第 1 次印刷
开 本： 710×1000 毫米 1/16
印 张： 11
字 数： 101 千字
书 号： ISBN 978-7-89991-675-9
购书咨询： 0531-87065151
定 价： 49.80 元（网络一书）

版权所有 翻印必究

如发现本书质量问题，请与公司联系调换。



苏菲玛索 VS 龙眼包子

成都的美食是一张网络，一张比巴黎下水道系统更复杂的网络；成都的美食是一种诱惑，一种比巴黎美女更现实的诱惑。

巴黎的苏菲玛索在你怅然的眼神中飘然而去、渐行渐远，而成都的龙眼包子则在你眼前的蒸笼里热气腾腾、伸手可及。与美女留下的万般惆怅相比，美食带给你的是现世的、此岸的、活生生的快乐体验。她能舒缓一切身体劳苦，熨平所有心灵创伤。

所以，现实点吧！到巴黎看美女不如来成都品美食！

美，往往出现在不经意之间。

在巴黎，一不小心就错过美女；在成都，一不小心就错过美食。

进入八卦大阵、十面埋伏，你得随身揣着一张图，以躲避弓矢、绕开陷阱；而来到成都，你也得揣着一张图，以确保不错过埋伏在小街深巷里的貌不惊人的味觉享受。

这本书，就是你在成都满足欲望、享受滋味、康复心灵的最佳线路图！

CONTENTS

宽窄巷子

- 010 宽巷子 3 号
- 014 听香
- 018 成都映象
- 022 莲花坊
- 026 市井生活
- 030 老号鱿鱼面
- 034 鸡汤铺子



- ### 武侯祠 VS 锦里
- 040 锦里大院
 - 042 江北老灶
 - 045 鸡茅店
 - 048 拾伍·味
 - 052 有盐有味
 - 056 土菜土味
 - 060 拜居奇味面
 - 062 一把骨头砂锅
 - 066 外滩北京烤鸭饭庄

金沙遗址

- 098 宽庭
- 102 渝地人家
- 106 筷不离手糯香掌
- 110 田园印象
- 114 愚头记冷锅鱼
- 118 金润轩国菜馆
- 120 寇家大院
- 124 蓉鼎美蛙鱼头
- 128 思蜀香耗儿鱼
- 130 梧桐养生私房菜
- 134 爱尚鸭脑壳
- 138 厕所串串
- 140 西蜀森林酒店

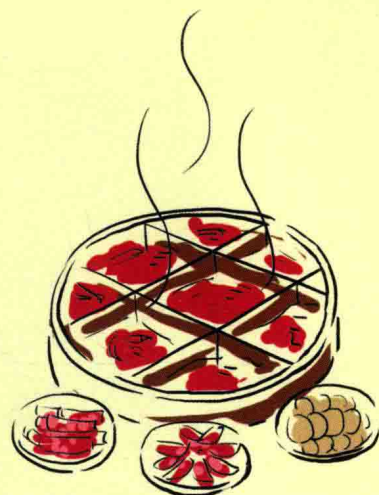
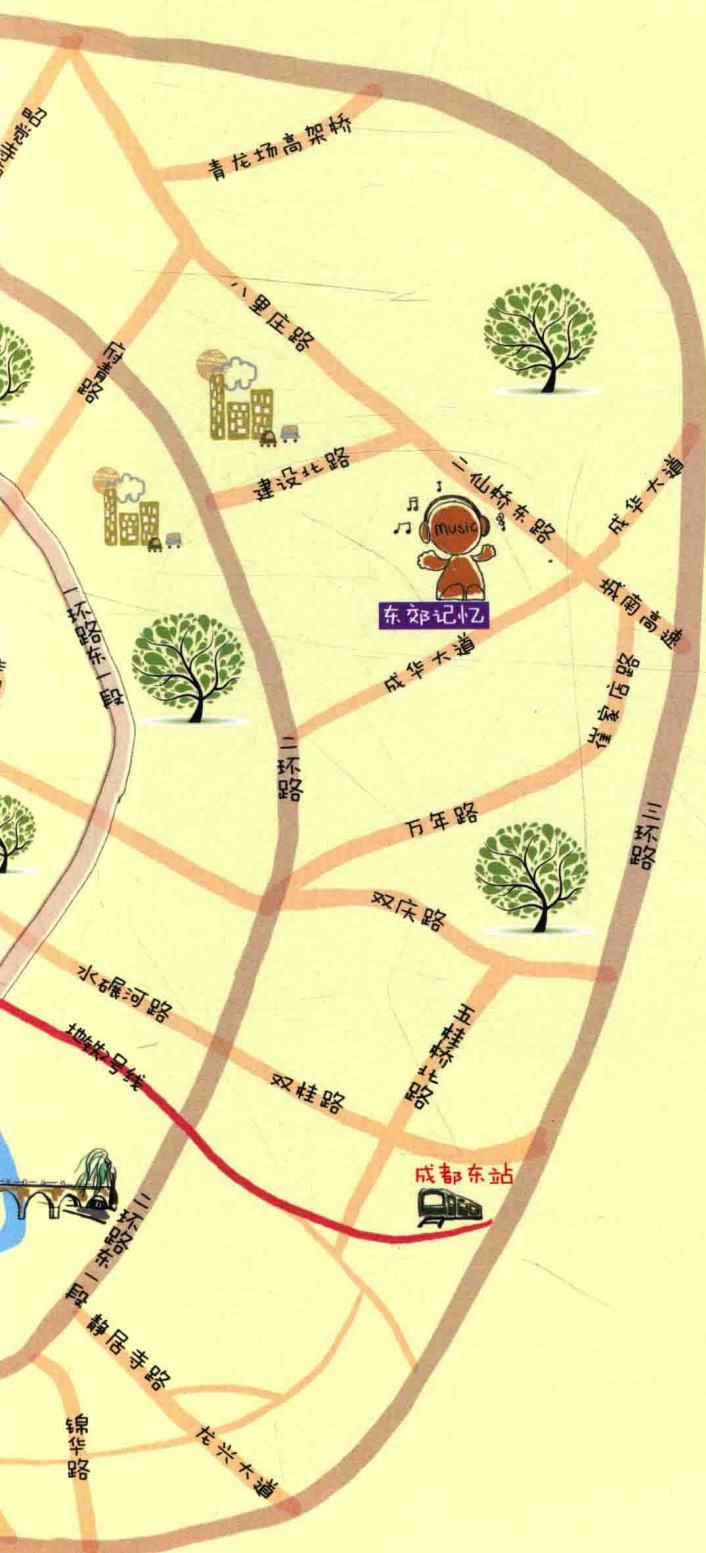
一品天下

- 146 红杏酒家
- 150 文杏酒楼
- 154 炆牛肉
- 158 啖三花麻辣烫
- 162 川西坝子
- 166 毛家冒菜
- 170 跳跳厨房

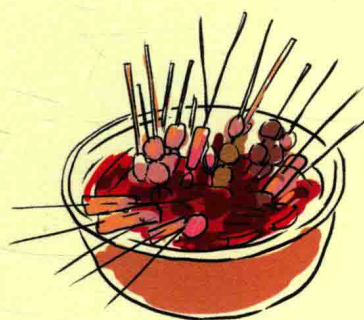
玉林

- 072 鱼游天下养生汤锅
- 074 自贡好吃客
- 078 王妈手撕烤兔
- 082 王大爷烧烤
- 084 老枝花卤
- 088 同圈会普洱茶火锅
- 092 重口味土菜馆





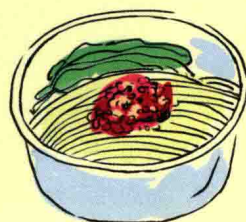
九宫格火锅



成都串串



麻婆豆腐



担担面





宽窄巷子

成都有句老话，“宽巷子不宽，窄巷子不窄”，即所谓的“宽窄巷子”是也。

宽窄巷子位于成都长顺街，这里原是清朝八旗兵丁驻扎之地，文武官员居住在大街上（宽巷子），而士兵们则生活在小胡同（窄巷子）里，两巷平行相邻，自清朝保存至今，与大慈寺、文殊院并称为成都三大历史文化保护街区。

2008年，历时三年的宽窄巷子改造工程全面竣工。修葺一新的宽窄巷子由宽巷子、窄巷子、井巷子平行排列组成，混搭坐落着青砖乌瓦的仿古四合院落、兼具艺术与文化底蕴的花园洋楼、新建的宅院式精品酒店等各具特色的建筑群，而随着各家知名会所、酒吧、西餐厅入驻，宽窄巷子很快成为融合特色餐饮、休闲娱乐的成都“新客厅”，这里游人遍织，或赏景拍照，或喝茶听戏，尽情体味着“休闲之都”的韵味。



宽巷子 3号

地址：成都宽窄巷子旅游区，宽巷子3号。

营业时间：11:30am—11:00pm

人均消费：200元—600元

订餐电话：028-86261338

餐厅特点：私厨配菜，闭门迎客。

“宽巷子3号”是整个宽窄巷子景区中唯一一家以门牌做店名的会所。这里闭门迎客，木门上刻画的两位门神坚定地守卫着会所，来来往往的游人难以窥见其中，极具私密性；这里没有菜单，所有菜品都由主厨按照人均标准精心搭配而成，既追求营养又讲究美感，每月更新，绝少雷同。

作为最具私房韵味的会所，“宽巷子3号”内里的布局仿照老北京私家四合院建成，进门后需先穿过两重拱门才能到达正中的天井，其四周分布着九个大小不一的包房，井口下方的池塘中荷叶田田，一片翠绿，上方屋檐的瓦片处则垂挂着密密的藤蔓，为坐在池塘边步棋啖茶的食客带去了一片凉荫。



宽巷子3号也售卖由总厨秘制的川式调味料。



素味菇



荷塘月色



辣汁鱿鱼卷



豉香小黄鱼

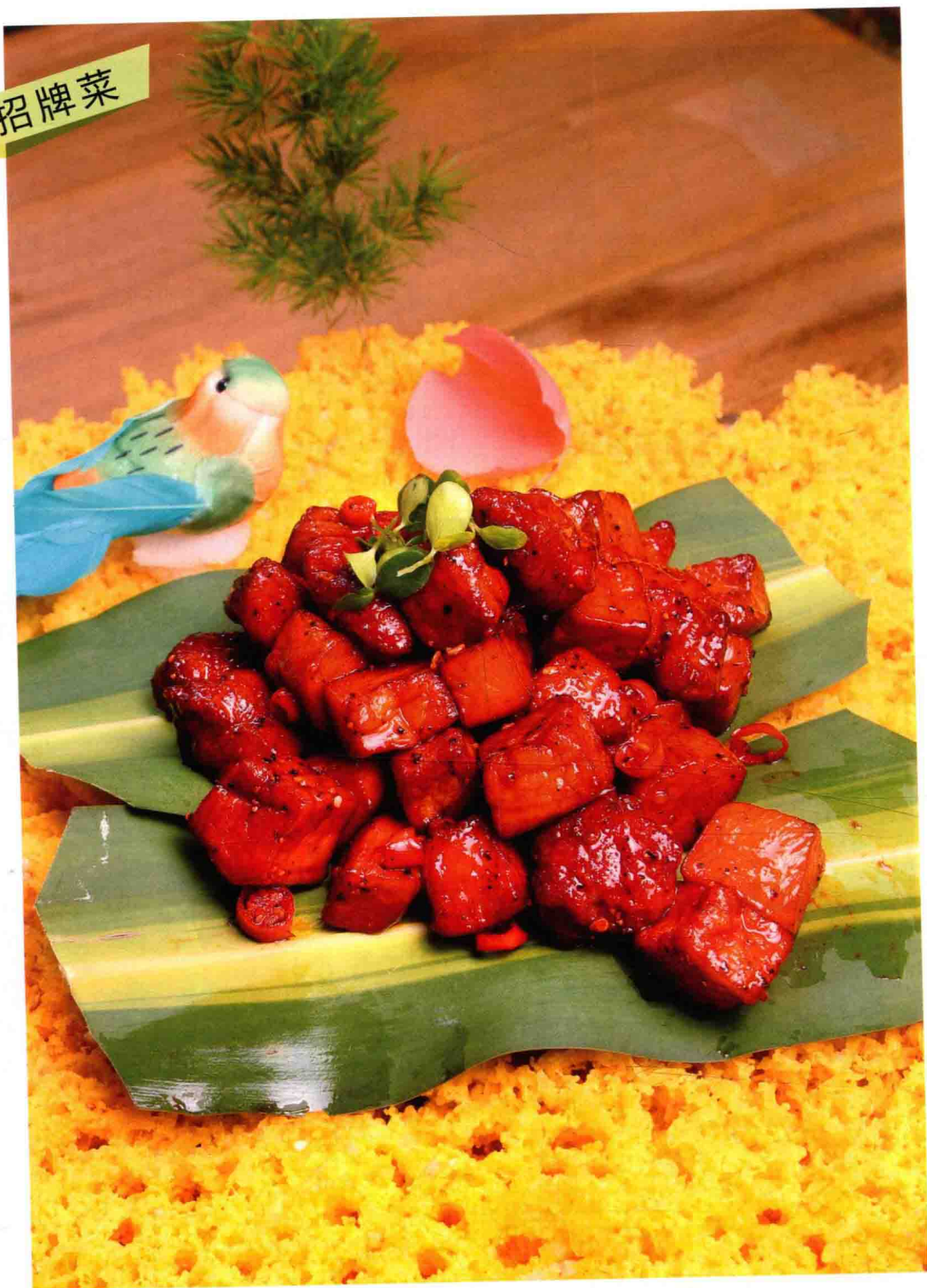


柿子脆肉

虽然经营的是私人会所，但“宽巷子3号”的行政总厨刘全刚并没有一味地追求原料的高档，而是选用诸如虾、猪肉、鸭子等寻常原料精烹细作。比如以柿子泥腌制猪颈肉，入油炸脆后装入柿子碗，制成的“柿子脆肉”自带水果的鲜甜；以自制的柠蜜黄辣汁烹制鱿鱼，成菜颜色靓丽，且兼具鲜椒的清脆、酱椒的醇香、柠檬的酸爽、蜂蜜的甘甜，很受客人欢迎。

除了惊艳的口味，“宽巷子3号”的装盘也独具韵味，摒弃了市场上出售的成品器具，而是将农村宴席上的土碗、集市上买来的葫芦、随意切割的大理石板等创造性地组合，将菜品装点得亮丽又别致。

招牌菜



● 招牌卖点

这道五花肉选用三种醋汁和云南甜酱油调制酱汁烧制而成：腊八醋色泽紫黑、味道醇厚，镇江香醋酸中透甜、清香馥郁，大红浙醋颜色透亮、酸味不浓，而云南甜酱油甜咸兼备、质地浓稠，这四种调料取长补短，让这道烧肉别具特色。

老醋烧肉

批量预制：

1. 三线五花肉 4000 克冲去血水，入沸水煮 10 分钟，捞出冲去表面浮沫，改刀成块备用。
2. 锅入底油烧至五成热，下入姜片、葱段各 70 克爆香，加五花肉块小火煸出油分，待颜色金黄时放入杏鲍菇块 2000 克，加八角 2 个、香叶 5 克、桂皮 1 段，放糖色 50 克、老抽 35 克继续小火煸炒至上色，添高汤浸没原料两指，加自制腊八醋汁 200 克小火焖 40 分钟，起锅拣去料头，留肉块、杏鲍菇块、原汤备用。

走菜流程：

1. 取一圆盘，摆入刚刚炸好的蜂窝玉米，上面再垫入两片绿叶，周围点缀花瓣、松针和“小鸟”（市场出售的成品，以染色羽毛制成，15 元/个）。
2. 锅入底油烧至五成热，下入葱白段 10 克、红小米辣圈 5 克爆香，下入五花肉粒 400 克、杏鲍菇块 200 克小火煸干水分，加腊八醋汁 10 克烹香，撒黑椒碎 6 克翻匀即可出锅，盛入绿叶上，点缀豌豆苗 5 克即可走菜。

腊八醋汁制作：腊八醋 300 克（以陈醋、冰糖、蒜瓣泡制而成）、云南甜酱油 200 克、镇江香醋 80 克、大红浙醋 50 克、家乐鲜露 40 克、白胡椒粉 15 克、盐 8 克、味精 6 克搅匀即成。



听香

地址：成都宽窄巷子旅游区，宽巷子6号。

营业时间：10:00am-11:00pm

人均消费：60-100 元

订餐电话：028-86639558

餐厅特点：土洋结合，给中式庭院注入西式元素。

“听香”的名字取自清代画家张问陶的诗句：“早听时务夜听香，镇日茶瓜习送迎”。与“古色古香、闭门迎客”的“宽3”不同，听香更像是一间西式餐吧，无论是大门旁的酒柜、庭院中的绿植还是青砖实木的包房，都充满着浓浓的老上海风情。

在听香，食客既可以品尝到诸如邛崃鸡片、彝家坨坨鸡等地方风味美食，又能在庭院中就着茶水饮料、蛋糕甜点，享受静谧的下午茶时光。到了晚间，这里则变身为灯光摇曳的酒吧，客人们可以一边饮酒，一边欣赏玻璃包房内女伶的弹奏表演。

在听香品茶水、喝啤酒是有免费点心赠送的：只要在14:30-17:30来到会所，每杯20元以上的茶水均会附赠一份下午茶点，有时是8块曲奇饼干，有时是一小块戚风蛋糕；而到了晚间，前厅经理则会给每位喝啤酒的客人免费赠送一份插在高脚杯里的面包棍，一口微涩的啤酒，一口香甜的面包，这是老板在欧洲啤酒屋中学来的地道吃法。