

范范KAYLA &
音乐厨师TJ 著

푸드헌팅

서울 首尔篇

一觅食吧一起

88家首尔秘密餐厅，88个首尔美食故事

首尔人带你寻找首尔老饕的最爱

中央广播电视大学出版社

푸드헌팅 서울

Food Hunting in Seoul

T-719

521

一起吃吧

首尔篇

范范 Kayla & 音乐厨师 TJ 著

中央广播电视大学出版社·北京

图书在版编目 (CIP) 数据

一起觅食吧·首尔篇 / 范范 Kayla & 音乐厨师 TJ 著
—北京: 中央广播电视大学出版社, 2016. 8
ISBN 978 - 7 - 304 - 06993 - 3

I. ①—… II. ①范… III. ①餐馆—介绍—首尔
IV. ①F719. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 136680 号

版权所有, 翻印必究。

一起觅食吧·首尔篇

YIQI MISHI BA · SHOU' ER PIAN

范范 Kayla & 音乐厨师 TJ 著

出版·发行: 中央广播电视大学出版社

电话: 营销中心 010 - 66490011

总编室 010 - 68182524

网址: <http://www.crtvup.com.cn>

地址: 北京市海淀区西四环中路 45 号

邮编: 100039

经销: 新华书店北京发行所

策划统筹: 郑毅

责任校对: 赵洋

策划编辑: 朱亚宁

责任印制: 赵连生

责任编辑: 李刚

印刷: 北京市雅迪彩色印刷有限公司

版本: 2016 年 8 月第 1 版

2016 年 8 月第 1 次印刷

开本: 170mm × 220mm

印张: 20 字数: 240 千字

书号: ISBN 978 - 7 - 304 - 06993 - 3

定价: 43.00 元

(如有缺页或倒装, 本社负责退换)

灵感来源 Inspiration



朋友们视我们为最佳“美食指南”

Our friends refer to us as the best Food Yellow-page
—Kayla 寻找故事 & 订检查味道

帮大家不花冤枉钱，不浪费时间，吃最值得的

Help others spend less money, waste no time and taste
the best each city has to offer

—以景点为中心，寻找最佳觅食地点

百里不同俗，“俗”在美食中

The best way to learn about culture is through eating
—通过分享美食，分享世界各地的文化



文化冲突
Cultural Clash
对话方式
Conversational
趣味任务
Fun Missions
真实视频
Reality Videos

曾经被遗忘的美味佳酿

日占朝鲜期间，私家酿酒是被禁止的，很多韩国传统的酿酒方式都失传了，人们也不再喝韩式米酒而是喝日式米酒。韩国光复后，因为粮食短缺，政府依然全面禁止酿造米酒，直到1920年，韩国政府才恢复传统的韩国米酒酿造技术，百岁村也是从这个时候开始崛起的。

tips



有趣
Entertaining

KAYLA: 我知道，这是泡菜国，但这是我在韩国吃的第一顿饭，请别让我吃泡菜和烤肉！

TJ: 完全没有泡菜的饭不太可能，但是韩国菜真的不只是泡菜，祝贺你第一次来韩国，我们去吃烤海鲜，好好地干一杯！



觅——是寻找，是发现，是尝试
Fun of 'Hunting'



有用
Useful



围绕景点的美食线路规划
Proximity to tourist hot spots
多种分类方式（食物，餐厅特色）

Useful categories
(food type, characteristic)

二维码地图

QR-code map with GPS



扫描二维码，地图是丁辛雷做的



仁寺洞

英文名称: Jongno/Insa-dong

中文名称: 钟路/仁寺洞

韩文名称: 종로/인사동

扫描每章卷首的二维码可以直接在手机上
通过Google Map浏览地图
(在国内需用VPN打开)

上千宗餐厅信息检索

67本美食指南

近乎苛刻的挑选标准
Proximity to tourist hot spots
实地暗访并录像
Useful categories
(food type, characteristics)
诚实评价
QR code map with GPS

亲测112宗

有态度
Attitude

近百名首尔朋友的推荐

“5.一起觅食资料原班”简介

5.一起觅食资料原班 1.29 TB

修改时间: 下午9:50

添加标记...

通用:

种类: 文件夹

大小: 1,287,555,266,022 字节 (磁盘上的 1.29 TB), 共 32,252 项

创建时间: 下午5:30

修改时间:

☐ 共享的文件夹

☐ 可锁定

电脑没有空间
No space

900多G素材

觅食后遗症
Consequence

GLOBAL TASTE OF KOREA CONTEST 2014
2014 全球“韩国味道”厨艺大赛 (中国区)

转行
Change job

增重
Became fat





一起觅食吧·首尔篇 自序

2014年1月15日，一个电影没看完的时间，就从首都机场飞到了金浦机场；迷迷糊糊上了地铁，感觉去的并不是一个遥远的地方，但相似的面孔却说着你完全听不懂的语言，读着你完全看不懂的文字。拎着大箱子从地铁钻出来，灯红酒绿的江南，挂着一栋楼那么高的巨幅海报，张东健偶巴抛着媚眼对你微笑，红绿灯闪烁间，人群与车流交叉着织成一个花花世界：

WELCOME TO KOREA

WELCOME TO SEOUL



转过属于高富帅男一号的宽马路，拐角就是灰姑娘女一号的小窄巷；想坐在仁寺洞小酒馆里安静地听一曲伽倻琴，心底里又抵不住弘大迷你裙的诱惑；首尔就是这样一座城市，让人在真实与童话间不停地切换。这里没有魔都和帝都的狂躁与沸腾，任由汉江把时空隔成两段，古典的都在用现代的语法与你交流，现代的也脱不掉来自古典的那一部分基因，于是就有了一种别样的美，一种时空交错的美，而深入体验这份美最佳的方式就是你的味蕾。

在老北京 KAYLA 眼里，首尔是一个遍地泡菜没什么美食的地方；
在少年移民北美的韩国人 TJ 眼里，首尔有着很多记忆和独一无二的美食；
在吃货 KAYLA 眼里，好菜品就是味美价廉，颜值高；
在大厨 TJ 眼里，烹饪考究，别有新意才是王道；

于是我们带着不同的情感与期待，历时半年，七入七出，用味蕾感受首尔。我们使用中、英、韩三种语言，在美食网站、美食博客、美食图书、美食节目中检索信息，采访韩国厨师和美食达人，在最受欢迎的 532 家餐厅中筛选出 88 家，进行秘访，录制了 gooG 的餐厅暗访录像，在不停的争吵中，我们亲尝亲测，寻找共识，寻找首尔最打动人心的味道与美食故事……

在写这本书之前，我们一直迷茫并担心着，在各种爆炸式的网络信息和大公司大团队做出来的详尽攻略面前，在旅游局免费赠送的精美图书面前，我们究竟有什么优势？谁会花钱买我们的书？去首尔的朋友们为什么需要我

们的书？

然而，当我们打开视频网站的用户主页，发现我们随意发布的小视频，居然累计有20多万的播放量；看到认真的粉丝，在我们不更新视频的一年之后，还发给我们鼓励的留言，还等待着视频的更新，我们被感动了。当看到家人和朋友们按照我们的推荐，在首尔吃得心花怒放，在朋友圈不停上传美食照片，我们觉得特别幸福！我们觉得我们在做的是一件非常有意义，非常快乐的事——最诚实的分享！

也许这本书的图片不够撩人，文字略显粗糙，但这本书是带着满满的善意与真诚来到大家身边的。在记录的过程中，我们没有收取任何店家一毛钱的广告费，我们亲自品尝了图片里的每一道菜肴，积累了5万多块钱的餐厅小票。我们牺牲了休假的时间，用心剪辑了15个卡片相机拍摄的小视频，也许TJ的主持非常稚嫩，KAYLA的解说十分业余，但我们要分享的内容绝对是有趣、有用、有态度的。我们所做的一切，只是为了让大家能够用最少的时间成本和经济成本，在热门地区找到最值得品尝的首尔美食。

这本书的初稿是在医院完成的，那时候每天晚上都在病床前陪伴胰腺癌晚期的姥姥，从黑夜到天明。我努力用最清晰的文字和最有代表性的图片为姥姥讲述我们在首尔的体验，讲述一家家别样的餐厅，希望这些美好可以慰藉她身体上的疼痛。姥姥离世的时候对我说：“你讲的这些真好，要讲给更多人！”于是就有了出书的想法，这本书也是和姥姥的约定，和天堂的约定。

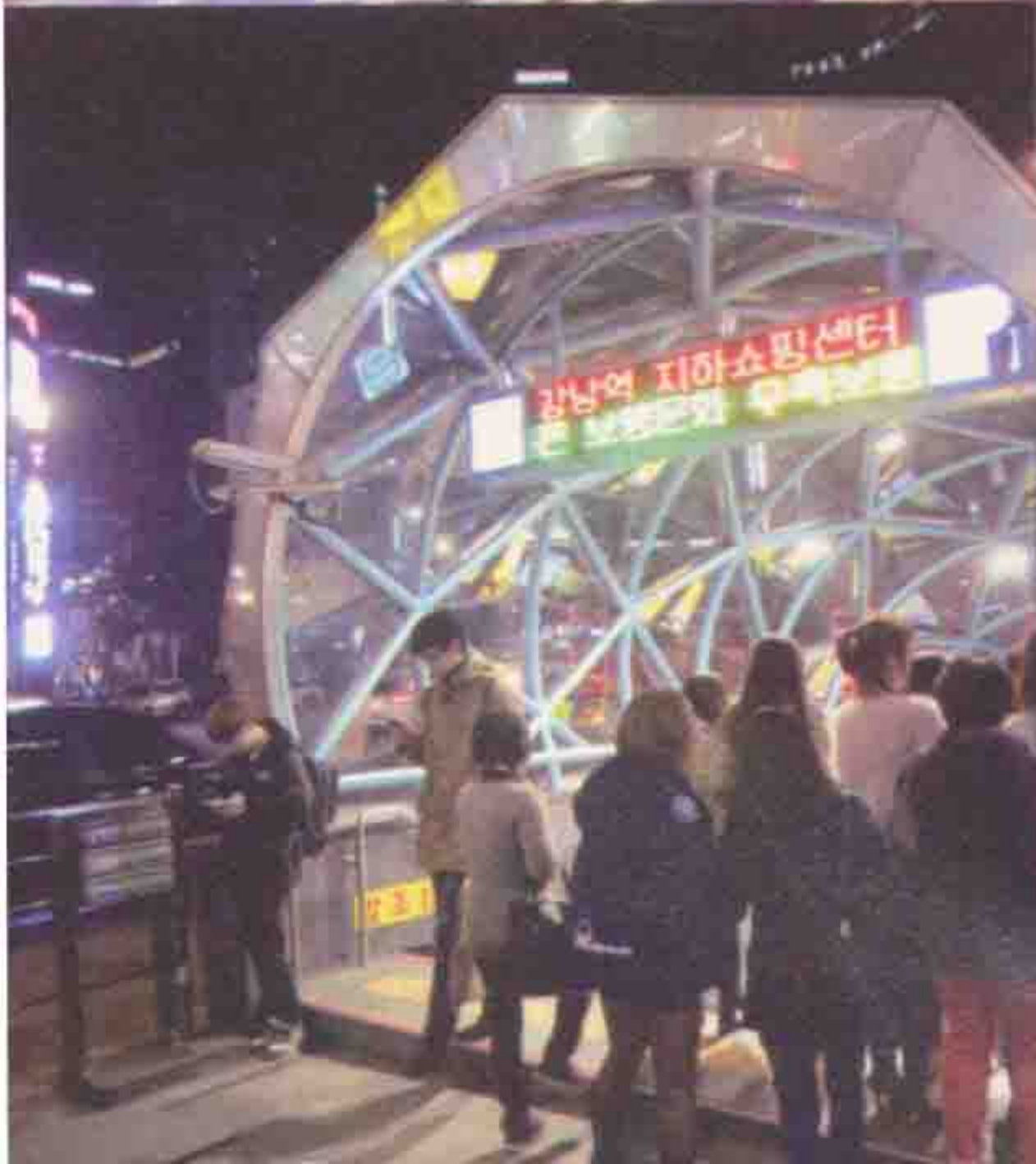
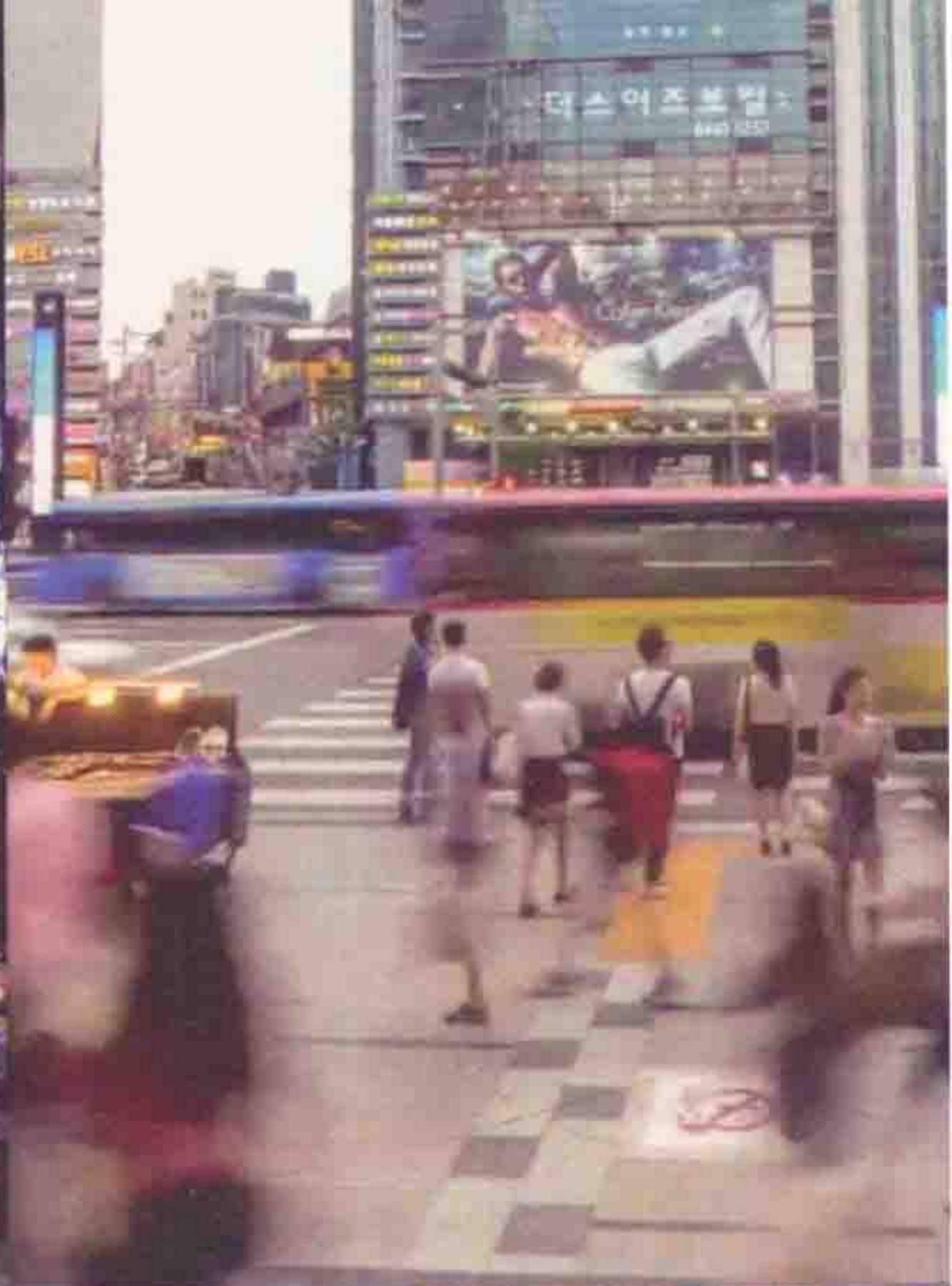
作为我们的第一本书，它不完美，但绝对真诚。感谢在我们编写这本书的过程中一直帮助和鼓励我们的家人、朋友、老师！坦白说要感谢的人真的太多了，名单列下来要好几页纸，所以我们唯有认真努力，用品质回报大家的期待与等待。希望所有喜欢美食的朋友，喜欢首尔的朋友，可以通过这本书，找到自己感兴趣的餐厅！能够在美食中发现首尔，体验首尔，感受首尔！带着这本书去首尔，你不会后悔！

现在，让我们一起“觅食”吧！



푸드헌팅 서울

Food Hunting in Seoul



目 录



江南 柴门朱门皆有愿

你若给我沙滩，我便送你珍珠

沙滩的珍珠 (갯벌의진주) 005

一口蟹黄一口金

普乐酱蟹 (프로간장게장) 013

比 bigger 更 bigger

Akhari (69cm) (악바리) 021

靠脸更靠实力

校村炸鸡 (교촌치킨) 025

汉江北望牡丹峰

平家屋 (평가옥) 030

风吹柳花满店香

百岁酒村 (백세주마을) 031

吃橘子的黑猪

黑猪家 (흑돈가) 032

我们的小时光

Seoga & Cook (서가앤쿡) 033

新论岬深夜食堂

卡车乌冬面 (강우동) 034

长途车站旁的野菜味道

饭来了 (Babione) (바비오네) 035

画在墙上的美味

Cafe Artisee (카페 아티세) 036

我也是巴黎贝甜

Paris Croissant (파리크라상) 037





新沙洞 精致是一种生活方式

离开韩国最想念的味道

Maman Gateau (마망가또) 043

绽放的紫菜包饭

SCHOOL FOOD (스쿨푸드) 051

采菊东篱见南山

张舍廊 (장사랑) 057

朴有天奶奶开的餐厅

韩一馆 (한일관) 061

遇见童年的自己

Meal Top (밀탑) 064

一碗难求的江南第一面

多利汤面 DOOREA NOODLE (두레국수 신사점) 066

没有冰激凌？那就来个啤酒冰沙

NOVEL CAFE (노블카페) 067

春风十里不如你

sona 咖啡厅 (쏘나) 068

燃烧的羽毛落向世界

VATOS 啤酒调酒 (바토스) 069

追星不能不去

Cube Cafe (큐브카페) 070

我们约会吧

Once in a blue moon (원스 인어 블루문) 071

继承者们的绅士品格

MANGO SIX (망고섹스) 072

没关系是爱情啊

coffee Smithy (커피스미스) 074





明洞 没有特色的热闹，也是种特色

情人剑下的霜花店

明洞饺子 (명동교자) 081

忘却前世今生的一碗汤

河东馆 (하동관) 089

拌饭里的爱马仕

古宫拌饭 (고궁) 095

喵星人大本营

猫咪游乐场 (고양이 놀이터) 099

我是来吃鸡蛋羹的

姜虎东烤肉 (강호동 백정) 103

当冷面遇到生鱼片

明洞咸兴冷面 (명동함흥냉면) 104

卖出名气的病号饭

味加本粥店 (미가본죽) 105

其实就是紫菜包着米饭

忠武紫菜包饭 (명동 충무김밥) 106

来来来，一起炖鸡

凤雏炖鸡 (봉추찜닭) 107

景福宫 如此亦如何，如彼亦如何



此味只向淡中寻

上俗村 (토속촌) 113

墙头一树梨花白

石坡廊 (석파랑) 119

不俗又不瘦

夫人食谱 (계동 마나님 Recipe) 127

妈妈，我想你了

首尔第二红豆汤 (서울서 둘째로 잘하는 집) 133



一诗一盞茶

喝茶的院子 (차마시는뜰) 136

一锅烩不烩

摩休敦纳 (먹쉬둔나) 138

我们是大自然的搬运工

树隙间 (나무사이로) 139

当咖啡爱上年糕

笑谈年糕咖啡厅 (소담떡방) 140

仁寺洞 不负美食不负卿



时沥纯粹之味

又来屋 (우래옥) 147

首尔烤肉之神

新村食堂 (새마을식당) 153

一花一世界，一叶一如来

钵盂供养素食餐厅 (발우공양) 159

爷爷们聚会的百年老字号

里门雪浓汤 (이문설농탕) 165

无酒不成诗

推柴门而入 (싸립문을열고) 168

庭院深深，深几许

斗米 (두레) 171

有你在，就是好时光

葱饼家 (파전집) 172

我在街角等你

苹果树 (사과나무) 174

邻居阿姨的大酱汤

砂锅家酱汤 (독배기집) 175

秒杀星巴克

五嘉茶 (오가다) 176





指尖一抹香

雪绿茶 o'sulloc tea house (오설록) 177

东大门 不吃贵的，只吃对的

鸡，我找你很久了

陈玉华奶奶一只鸡 (진옥화 할머니 닭한마리) 183

错出来的第一美味

马福林奶奶辣炒年糕 (마복림 할머니 떡볶이) 189

有鱼就不寒酸

湖南家烤鱼 (호남집) 195

我性感的野蛮女友

东大门野蛮辣炒年糕 (동대문 엽기떡볶이) 199

肉生人情熟

姐妹家生拌牛肉店 (자매육회) 203

好莱坞大导演的最爱

顺熙家绿豆煎饼 (순희네 빈대떡) 209

爱的就是这一口

黑铁锅紫米拌饭 (가마솥 보리밥) 213

梨泰院 Please flow me

来自混血美女的诱惑

肥牛家 (차돌집) 219

南山南

本见山房 (북역산방) 225

梨花深处你最美

阿姨家 (니네집) 231

可望而不可及的美

passion5 (패션 5) 234





部队锅老字号

海食堂 (바다식당) 236

女神最爱的手工豆腐

掉进豆浆里的豆腐 KONG BA DU (콩빠두) 237

关于炸猪排那些事儿

炸猪排王 (남산왕돈까스) 238

深夜的五花肉

百合之家烤肉 Nari 的家 (나리의집) 239

温柔的小美好

ANNISE (아니스) 240

当蜂窝遇到了牛奶冰激凌

softree (소프트리) 241

弘大 有青春，才有挥霍青春的可能

吃的就是个新鲜

八色五花肉 (팔색삼겹살) 247

有型有款的帅大叔

延南站着吃的烤肉 (연남서식당) 253

没吃过“碧帝”的人生不完整

碧帝烤牛排骨 (벽제갈비) 259

梨花大学的秘密餐厅

石兰 (석란) 262

汪星人打工的地方

BAU HOUSE 爱犬咖啡厅 (바우하우스) 264

夜店一般的咖啡厅

Twosome + Studio 266

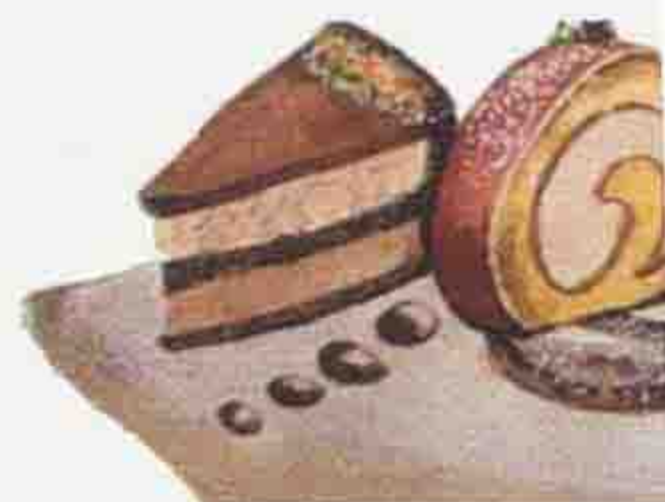
大夫，给我二两酒

药酒吧 (탕) 269

老大惹不起

黑社会辣炒年糕 (홍대조폭떡볶이) 270





不要迷信排行榜

春川铁板鸡排荞麦面 (춘천집닭갈비막구수) 271

拿破仑猪排

Mille Feuille (밀피유) 272

不吃鸡肉，饿死你

兹乐兹乐 chirchir (치르치르) 273

你若盛开，清风自来

漆花茶馆 (티앙팡) 274

买冰激凌送帅哥吗？

谷物甜品店 (소복 아이스크림) 275

像梦想一样的牛奶

梦想插画 (그리다꿈) 276

我们一起做巧克力吧

可可树 (카카오봄) 277



番外篇

能吃的水族馆

鹭梁津海鲜市场 (노랑진 수산시장) 281

忠南食堂 (충남식당) 283

仁川机场

Food on Air (푸드온에어) 288

本平壤 (봉피양) 289

首尔不可能完成的任务

陈奶奶辣炒年糕店 (첼빙진할매떡볶이) 292

新吉洞辣海鲜面 신길동 매운짬뽕 298

海州辣拌冷面 해주냉면 299

