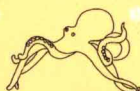




飞思数字创意出版中心 / 监制  
凌尔尔 / 著

城市美食家系列

# 厦门吃这么



凌尔尔

千万网友追捧的

“厦门美食大神”

点击率高达 500万 的新浪美食博主

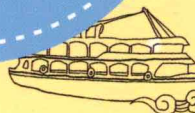
多年来记录的 美食大攻略

首次全开放!

最地道的美味餐厅 50+  
最到位的经典食评 200+  
最诱人的美食图片 500+

PLUS

鼓浪屿，那些你必须知道的美食小史  
八市，应有尽有的小食天堂



地道小吃，隐于老街小巷中

莉梅春卷 · 老二市土笋冻 · 思西沙茶烤肉 · 莲欢海蛎煎

最红沙茶面，一个风味四种风情

乌糖 · 四里沙茶面 · 开禾沙茶面 · 厦大无名氏沙茶面

老牌大排档，新鲜有一套

双伟大排档 · 海鲜料理坊 · 阿华海鲜馆 · 三青餐室



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

http://www.phei.com.cn

城市美食家系列

# 厦门吃这么



凌尔尔 / 著

飞思数字创意出版

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

本书是新浪美食博主、美食专栏作家凌尔尔，以一个厦门本地人的角度，向读者介绍厦门那些藏匿于市井小巷的美食小吃，其中包括地道小吃，隐于老街小巷中；最红沙茶面，一个风味四种风情；老牌大排档，新鲜有一套；在公厕边，偶遇意想不到的好味道；天南地北好味道，齐聚一堂；异国之旅，从舌尖开始；私房有道，创意撩拨你的食欲；美味之外，特色是主打；甜蜜厦门，让人无法抵挡，以及在咖啡馆，享厦门的小情调10大主题，每个主题下推荐最受欢迎的代表店家。店家的风格特色、背后故事、招牌品尝。本书是每一位热爱厦门、热爱美食的达人的必读书籍。

参与本书编写的人员还有：向雯、柳帆、朱莹莹。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。  
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

厦门这么吃 / 凌尔尔著. — 北京：电子工业出版社，2012.8

（城市美食家系列）

ISBN 978-7-121-16618-1

I. ①厦… II. ①凌… III. ①饮食—文化—厦门市 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第052155号

监 制：飞思数字创意出版中心

策划制作：谷声图书

总 顾 问：郭 晶

总 策 划：柳 帆

责任编辑：何郑燕

文字编辑：朱婷婷

执行策划：朱莹莹

封面设计：赵一鸣 唐一丹

版式设计：

插 画：JUNE

印 刷：中国电影出版社印刷厂

装 订：三河市皇庄路通装订厂

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开 本：720×1000 1/16 印张：10.25 字数：262.4千字

印 次：2012年8月第1次印刷

定 价：39.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zltts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

# 厦门就这么吃！

我，凌尔尔，正宗厦门土人，生在厦门，长在厦门，怀着对厦门无比的热爱和对吃无比的追崇之情，开始了长达3年的厦门美味搜食之旅。久而久之，越来越多的朋友，见我就问：“厦门怎么吃？厦门哪里好吃？如何吃遍厦门地道美味？”……一个个问号袭来，我只有不厌其烦地一再解释、一再推荐——厦门，有很多好吃的……

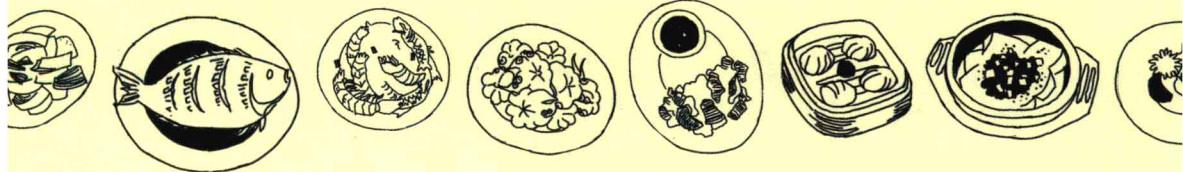
厦门所处地域，被人称为“黄金海岸”。海货、杂鲜、时蔬，应有尽有。厦门的酱油水就是本帮菜的代表，选以新鲜小鱼，仅以酱油、青蒜、萝卜干、姜适量佐味，靠着海鲜本身的鲜甜造就了这一份天然的海洋美味。所以，这里的海鲜，必尝不可。

厦门是一座包容的城市，所以，全国乃至世界各地的美食，在这里都拥有一片自由的小天地。川菜、湘菜、粤菜、鲁菜、台菜……日本料理、韩国料理、意大利餐……只要你能想到的，厦门都有。这些充满异域风情的美味，不仅让外地人能一尝乡味以解乡愁，也让厦门人有幸尝到各地美味。

所以，来厦门可以这么吃。到老街小巷里觅小吃，在大排档里尝新鲜的海味，尝遍天南地北的好味道，再从舌尖开始一趟异国之旅，抑或躲进咖啡馆里浪费时光……还有，一碗咸鲜香辣、风味独特的沙茶面，是一定要尝的。

今天，在这里爬爬格子、贴贴照片，分享我心中的美味厦门，希望大家和我一样，就此爱上厦门美食。而朋友们，别再问我了——厦门就这么吃！

**P.S:** 本书仅以我的观点和视角来探寻美食，不做盖棺定论之说，一介草民的美食之路，写出点小感想，写出点小味道，仅此而已。能力有限，精力有限，但热情无价，在此，也恳请各位看官们口下留情咯！



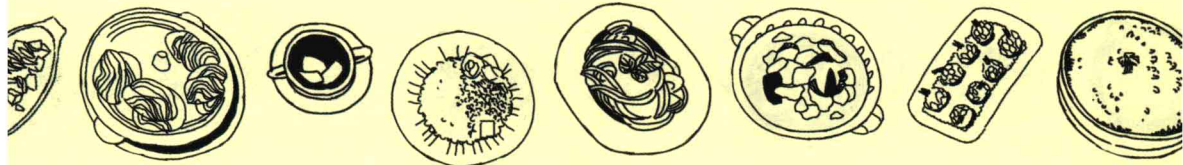
## 目 录

### 【PART 01 地道小吃，隐于老街小巷中】

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 莉梅春卷，卷起来的健康美味 .....        | 002 |
| 1980 加料烧肉粽，三十年的好味道 .....   | 004 |
| 老二市土笋冻，冰凉清爽一吃难忘 .....      | 006 |
| 海蛎饼 & 虾饼，厦门仅此一家最 HOT ..... | 009 |
| 思西沙茶烤肉，就认“林记老字号” .....     | 011 |
| 金宝油葱粿，韧妹子“洪金宝”打造的好口碑 ..... | 013 |
| 莲欢海蛎煎，味美不怕巷子深 .....        | 015 |

### 【PART 02 最红沙茶面，一个风味四种风情】

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 乌糖，厦门最“牛”的沙茶面 .....     | 018 |
| 四里沙茶面，平价的市井沙茶味 .....    | 020 |
| 开禾沙茶面，喧闹市场中的美味沙茶面 ..... | 022 |
| 厦大无名氏，慢声慢调的沙茶面 .....    | 024 |



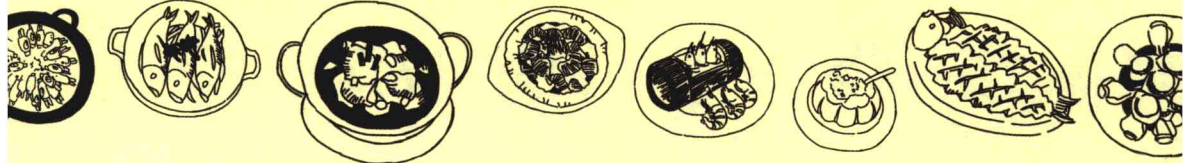
## 目录

### 【PART 03 老牌大排档，新鲜有一套】

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 双伟大排档，亲切宛若自家食堂 .....    | 028 |
| 海鲜料理坊，避风坞边上的鲜美好味道 ..... | 032 |
| 阿华海鲜馆，20 年的好口碑 .....    | 036 |
| 三青餐室，“破”店出美味 .....      | 039 |
| 无名氏大排档，老八市里的鲜活味 .....   | 042 |

### 【PART 04 在公厕边，偶遇意想不到的好味道】

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 吴记煊豆干，“煊”出百家村的怀旧市井味 ..... | 046 |
| 阿牛章鱼，厦门老饕们的最爱 .....       | 048 |
| 林兴鑫大排档，摊小名气大 .....        | 050 |
| 顶澳大排档，平民价的美味海鲜 .....      | 052 |



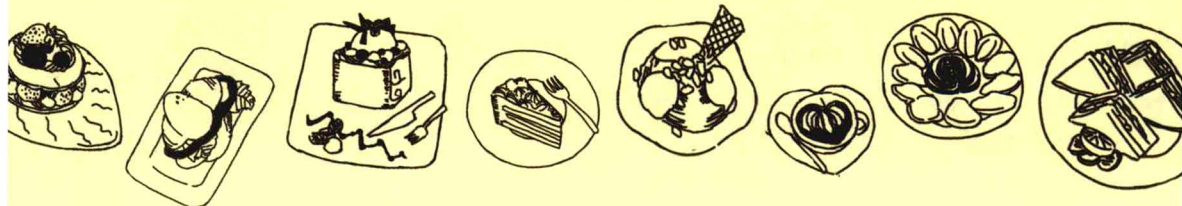
## 目录

### 【PART 05 天南地北好味道，齐聚一堂】

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 港记茶餐厅，地道的香港好味道 .....      | 056 |
| 渔王川菜，厦门最早的“麻辣味” .....     | 059 |
| 东北小酒馆，随性而为的侠客风 .....      | 062 |
| 嘉禾潮苑，现代潮菜烹饪大师坐镇其中 .....   | 065 |
| 水头永记深海鱼，美味又健康的鲜美鱼火锅 ..... | 069 |
| 古翰森，在厦兰州人的解愁之地 .....      | 073 |

### 【PART 06 异国之旅，从舌尖开始】

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 故宫 128，法式的精美与优雅 .....   | 076 |
| VENICE 芸莱，湖畔的意式生活 ..... | 079 |
| 香墅，香草花园的西式美味 .....      | 082 |
| 泰之家，在渔村小院里品家常泰味 .....   | 086 |
| 汉阳馆，正宗韩式主义料理 .....      | 088 |



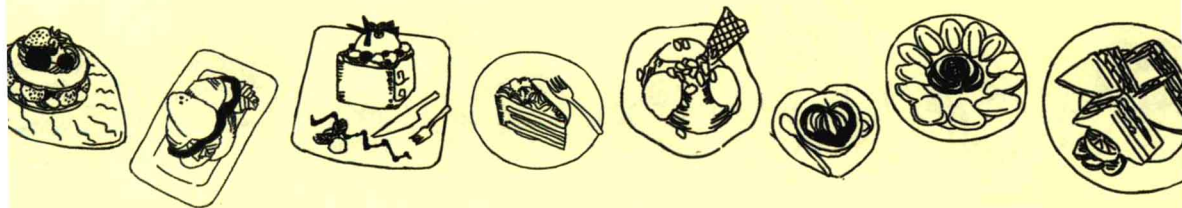
## 目录

### 【PART 07 私房有道，创意撩拨你的食欲】

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 食汇堂，明星最爱的私房菜 .....        | 092 |
| 食锦记，所有好口味齐聚一堂 .....       | 096 |
| 雅米臻品，历久更弥新 .....          | 098 |
| 2627 朝歌夜弦，老别墅里的私房美味 ..... | 102 |
| 小鲁有约，鲁菜之外的惊喜 .....        | 104 |

### 【PART 08 美味之外，特色是主打】

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| 鹭江宾馆，与鼓浪屿遥遥相望的广式风情 .....    | 108 |
| 鑫三通，边钓边食美味虾 .....           | 111 |
| 融绘，将 Crossover 食尚进行到底 ..... | 114 |
| 鹭景，最省心的“排菜制”餐厅 .....        | 118 |



## 目 录

### 【PART 09 甜蜜厦门，让人无法抵挡】

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 玛贝乐，甜品控的最爱 .....      | 122 |
| 安第仕，最好吃的可颂在这里 .....   | 125 |
| 枫多士，爱不释口的美妙吐司盒 .....  | 129 |
| 甜心凯特，绝无仅有的创意绵绵冰 ..... | 132 |

### 【PART 10 在咖啡馆，享厦门的小情调】

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 黑糖，当我们都老了她还在那 ..... | 136 |
| 雅舍，谁也不打扰谁的宁静 .....  | 138 |
| 不加糖，是一种生活态度 .....   | 140 |
| 佰朔茶廊，文艺清新茶世界 .....  | 143 |

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 【附录 1 鼓浪屿，那些你必须知道的美食小史】 ..... | 146 |
|-------------------------------|-----|

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 【附录 2 八市，应有尽有的小食天堂】 ..... | 150 |
|---------------------------|-----|



## ● PART 01 ●

### | | | |---|---| | 地 | 道 | | 小 | 吃 | | 隐 | 子 | | 老 | 街 | | 小 | 巷 | | 中 | |

每个城市都有一个城市的名片，  
厦门的名片是什么？

温馨、浪漫、舒适、甜美……

还有，隐于老街小巷中的，

低调却独到的美味小吃。

从前，很多厦门小吃都是肩挑沿路叫卖，  
或躲在某个小巷里，

当地居民和老饕们，都是常客。

如今，最地道最厦门味的小吃，  
还在那里……

LOCAL FOOD ALWAYS HIDES  
THEMSELVES IN THE OLD LANES



地道小吃

莉梅春卷，  
卷起来的  
健康美味

LIME CHUN JUAN.  
WRAPPING UP BOTH HEALTH AND NICE TASTE



莉梅春卷

地址 厦门市坤西路 159 号

电话 0592-2038979

人均消费 8 元

推荐菜色 春卷、面线糊



春卷皮Q馅香，有厦门传统春卷的老味道，一下子便火了起来，很多人来此就是为了吃一份春卷。



春卷原是厦门人在大节日时常做的一种食品，看着简单，但是做起来十分地复杂。最难的是切菜的过程。先把所有原料全部弄碎，如主料包菜、胡萝卜、香葱、荷兰豆等要全部切成小碎细，三层肉、虾仁、豆腐丁也是一样，豆腐切成小丁后还要经过油炸，最后炒制的时候把海蛎和所有的配料全部放在一起炒。而且，要炒到菜都绵软香甜，味道才最佳。

春卷制作起来复杂，便有很多人选择外卖，这家莉梅春卷便是不错的选择。店主是地道的厦门人，在斗西路上开了这家小吃店，没想到因为用料实在，春卷皮Q馅香，有厦门传统春卷的老味道，一下子便火了起来，很多人来此就是为了吃一份春卷。

吃春卷也有讲究。摆上几种搭配的“料”，例如贡糖碎、厦门甜辣酱、茼蒿、炒香的海苔等等，拿一个浅碟，放上一张春卷皮，最底下抹上甜辣酱，然后铺上干燥的炒好的香海苔碎，接着放上炒好的菜馅儿，再放上贡糖碎、茼蒿，然后把春卷皮小心卷起，包好二边收口，卷起一卷就可以吃了。滋味如何形容？甜、辣、鲜、香，满口留香。

莉梅春卷也有出售厦门面线糊，味道蛮地道的，制作的就是老厦门风味，有海蛎、猪血、猪大肠，最后再点缀上一些香芹等。☀

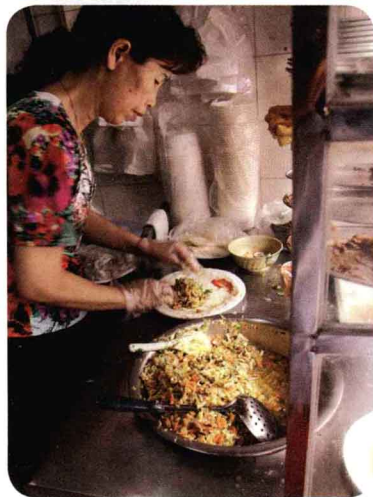
## 其他推荐

位于局口街入口的阿卿春卷，天天人头攒动，老板娘那包春卷的手一刻不停，但心里肯定也是乐在其中。原只是一人经营的小摊，后来变成有个帮手二人配合，现在三人顾着那个桌子那盆儿菜都显得吃力，还是排队，还是拥挤。还好他们做了些许分工，有人收钱，有人包装，有人包春卷，速度又卫生，也算秩序井然。

不过，春卷价格也是随着人气一路往上涨，从一卷一元，到一元五角，再到两元一卷，人数不降反升。当然，我们不能排除有地域的优势，有网上一些美食攻略的推波助澜。

### ★ 阿卿春卷 ★

地址 | 厦门中山路局口街第一家  
人均消费 | 2元





LOCAL FOOD ALWAYS HIDES  
THEMSELVES IN THE OLD LANES

地道小吃

三十年的  
好味道

1980 加料烧肉粽

1980 JIA LIAO SHAO ROU ZONGZI  
30 YEARS OF GOOD FLAVOR



1980 加料烧肉粽

|      |                          |
|------|--------------------------|
| 地址   | 厦门市思明区中山路 353 号 (近工人文化宫) |
| 电话   | 0592-2032869             |
| 交通   | 中山路步行街往厦门公安局方向走即可看到      |
| 人均消费 | 15 元                     |
| 推荐菜色 | 加料烧肉粽、沙茶面                |



1980 加料烧肉粽，从一个不足五平方米，只能容纳二人煮食及一张小方桌的小店，发展到现在，门面扩大，员工增加。三十年过去了，依然在同一个地方，依然保持着不做作的好味道。

糯米先用酱油炒过，大块肉也红烧过，再加上丰富的配料增香，再用一锅子老卤汁水反复焖煮，不停“加香”，煮到最后，粽子越来越有滋味。

这家厦门人都喜欢的驰名老牌肉粽名店比我的年纪还大。店内的加料烧肉粽每天都供不应求。小时候，1980 只有现在外头煮面的地方一半大，店内一半做肉粽、煮沙茶面，一半是一张供客人堂食的折叠桌。经常摆桌摆到步行道上，还有人干脆站着吃，那个执著劲真是让人很佩服。

厦门的粽子，我一直以来都觉得是最有滋味的。花生粽、红豆粽等，还是吃不惯，感觉太单调，食之无味，弃之可惜。没办法，从小被香喷喷的厦门肉粽喂大的，有米，有肉，有板栗、香菇，一些比较奢侈的配料里还有干贝、海蛎干、鱿鱼干等鲜物。厦门肉粽，就是如此形象丰满，满口芬芳。糯米先用酱油炒过，大块肉也红烧过，再加上丰富的配料增香，用一锅子老卤汁水反复焖煮，不停“加香”，煮到最后，粽子越来越有滋味。吃起来，万般滋味在里头，卤肉已焖得筷子一挑开就熟烂瘫软，板栗浸透了卤汁香已然入口即化，香菇海米等配料让粽饭的口感丰富又多彩。再淋上一些厦门本地甜辣酱，那般美妙的滋味，您觉得有什么粽子能与之相抗衡呢？

“1980 加料烧肉粽”，那料肯定是加量的，肉比别人家大块一些，板栗大颗一些，辅料多一些，当然了，价格也高一些，有如此丰富的配料，自然好吃。肉粽糯米 Q 软香糯，料足又大颗，一个就能让人饱足了。

店里除了出售肉粽外，沙茶面也做得不错。汤头我挺喜欢的，不会像乌糖式的浓稠，也不似开禾的香辣，就是比较温醇型，挺适口的。☀





LOCAL FOOD ALWAYS HIDES  
THEMSELVES IN THE OLD LANES

地道小吃

冰凉爽滑一吃难忘  
老二市土笋冻

LAO ER SHI TU SUN DONG,  
SO COOL AND FRESH



老二市亚成土笋冻

|      |                                          |
|------|------------------------------------------|
| 地址   | 厦门市思明区厦禾路 386 号 (斗西路路牌往厦禾路轮渡方向走约 50 米左右) |
| 电话   | 0592-2983008                             |
| 交通   | 公交斗西路口站下车往轮渡方向走即可见到                      |
| 人均消费 | 14 元 6 个                                 |
| 推荐菜色 | 土笋冻、白灼章鱼、小鱼干、萝卜皮                         |





一碗土笋冻端上来，店家已在上头浇上芥末、甜辣酱、花生酱，上头盖着菜头酸，点缀着香菜做装饰，异常诱人，看着就让人食欲大开。

土笋冻这口儿，在厦门无人不知。老厦门人喜欢买来下酒，特别是阿公那辈儿的老人，买一点下酒菜，搭配着厦门的丹凤高粱酒，夹一块下酒菜送入嘴中，慢慢嚼几嚼，小小地抿一口高粱酒，吧叽一下嘴巴，两眼儿一眯，够劲儿，够舒坦。喝酒吃菜，这些小酒菜里头，十有八九，一定会有土笋冻。

土笋冻严格说来，不算是厦门特产，在闽南沿海地区，安海、龙海等地也都有土笋冻，但是，土笋冻是在厦门出名的，这个毋庸置疑。

或许听这名词，有很多人会不明白，土笋冻是什么？土笋是什么？

分析土笋冻之前，首先要知道土笋冻的重要食材，一种环形小虫，厦门本地人都管它叫“土笋”，而“土笋”实际的学名叫“星虫”。因其形如笋而小，生在江中，形丑而甘，又名土笋。

土笋如何做成冻，到这一步骤，解释虽然简单了，但是其制作过程是需要耐心和谨慎的。土笋肚里有泥沙，制作前先得用石头把土笋的肚子压破，有的人是集中在一起，穿上干净的雨鞋用脚踩，有点像葡萄酒的制作。压破土笋肚后，把肚中的泥沙翻出来，认真翻洗干净，直到最后留下干净的土笋肉。

处理干净的土笋肉加水熬制直到汤汁变稠出胶，取一小碗，舀一勺汤，放入几只土笋，再送入冰箱冷藏至汤汁完全凝固，土笋冻就做好了。

小小一颗晶莹剔透的土笋冻，是多少厦门人心中至爱的饕餮美食！当然了，并不是说所有的人都会喜欢，因为有土笋这种“小虫”，害怕的人还是不少。但我可以保证，只看品尝，绝对会遗憾。

土笋冻吃起来冰凉滑爽，里头的土笋量多，吃起来相当Q 韧弹牙，但绝不是咬不动的那种。记得一定要蘸食芥末，只是吃起来要小心，不然会被呛得鼻涕眼泪哗啦，如果不蘸上一些又显得没有那么正宗的风味。吃的时候一口土笋冻，一口菜头酸，酸爽刺激得才过瘾。☀



# TIPS

1. 除了土笋冻，老二市土笋冻的章鱼做得也相当好，一斤 90 元，很脆很爽口。
2. 老二市亚成土笋冻除了上述美食，还有小鱼干、萝卜皮、海蜇皮等凉拌小食出售。



这家让我初尝“上瘾”之味的老字号就是幸福路上的老二市土笋冻。如今，老二市土笋冻在厦门已有多家分店，但仍力推幸福路口这家总店。店很迷你，一个冰柜就占去了大半个位置。所以，常见场景是：在路边摆几张简易的折叠式桌子和小板凳，客人无论是穿西装还是着短裙，就这么“随意”坐着吃。可见大家对土笋冻的热爱。

一碗土笋冻端上来，店家已在上面浇上芥末、甜辣酱、花生酱，上面盖着菜头酸，点缀着香菜做装饰，异常诱人，看着就让人食欲大开。☀

## 其他推荐

在厦门，公园西门土笋冻同样出名。这家老店已从原来不足三平方米的小小店面，换成了新店铺，地址还是原址，生意却越做越大。店内亦是出售土笋冻、土笋汤、章鱼、海蜇皮等几种小食。土笋冻个头也是分大小，大小不同，价位不同，吃时蘸取特调黄芥末、甜辣酱等，搭配香菜、菜头酸等佐食。厦门的土笋冻店搭配都大致是如此，吃的只是各家土笋冻的口感不同。西门土笋冻较软，老二市较 Q。

另有土笋汤。说是土笋汤，其实还是果冻状物，用勺子挖起来吃，冻很软，胶质少，想来就是熬制时间更短的原因。

### ★ 西门土笋冻 ★

|      |                                             |
|------|---------------------------------------------|
| 地址   | 厦门市思明区斗西路 33 号                              |
| 电话   | 0592-8754760、8650170                        |
| 交通   | 公交斗西路口站下车往轮渡方向走，斗西路与幸福路路牌中间道路往公园方向走约 50 米左右 |
| 人均消费 | 20 元                                        |

