

山东美术出版社

吃秀你了， 上海

美食侦探

系列

Mr.Q 著



图书在版编目(CIP)数据

吃透你了, 上海 / Mr. Q著. — 济南: 山东美术出版社, 2011. 1

(美食侦探系列)

ISBN 978-7-5330-3325-5

I. ①吃… II. ①M… III. ①饮食—文化—上海市
IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第234807号

项目统筹: 张 芸

责任编辑: 陆 莹

封面插画: 林 艺

封面设计: 林 艺 梁文婷

排版设计: PIKA制造

出版发行: 山东美术出版社

济南市胜利大街39号 (邮编: 250001)

<http://www.sdmspub.com>

E-mail: sdmscbs@163.com

电话: (0531) 82098268 传真: (0531) 82066185

山东美术出版社发行部

济南市胜利大街39号 (邮编: 250001)

电话: (0531) 86193019 传真: (0531) 86193028

制版印刷: 山东临沂新华印刷物流集团有限责任公司

开 本: 150×180毫米 32开 7印张

版 次: 2011年01月第1版 2011年01月第1次印刷

定 价: 32.00元

山东美术出版社

吃秀你了， 上海

美食侦探

系列

Mr.Q 著





上架建议：旅游 美食

ISBN 978-7-5330-3325-5



9 || 7 8 7 5 3 3 || 0 3 3 2 5 5 || >

ISBN 978-7-5330-3325-5

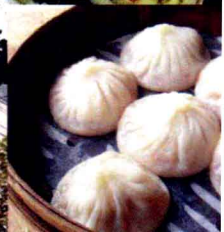
定价：32.00元

1993 山东美术出版社

吃透你了， 上海

美食侦探 (系列)







美食侦探系列 吃透你了，上海

爱生活，爱旅行，
爱冒险，爱城市文化，
爱精致美食，也爱无牌无照街边小吃摊，
我不是什么美食家，
也不是伪小资，

我就是我，

我只想做美食侦探。我和你一样，

我是Mr. Q。

008
第一章 上海生煎地图

028
第一章 上海小笼包地图

050
第三章 上海本帮菜地图

066
第四章 地铁沿线小吃搜索

068
地铁一号线

108
地铁一号线



144 第五章 必逛商圈小吃

146 淮海路段

160 徐江路段

174 陆家嘴段

182 静安寺段

188 南京西路段

198 第六章 白领一周美食

212 第七章 索引



nice

江浦

生前

CIGUANG RD.
NG RD.

第一章 上海生煎地圖

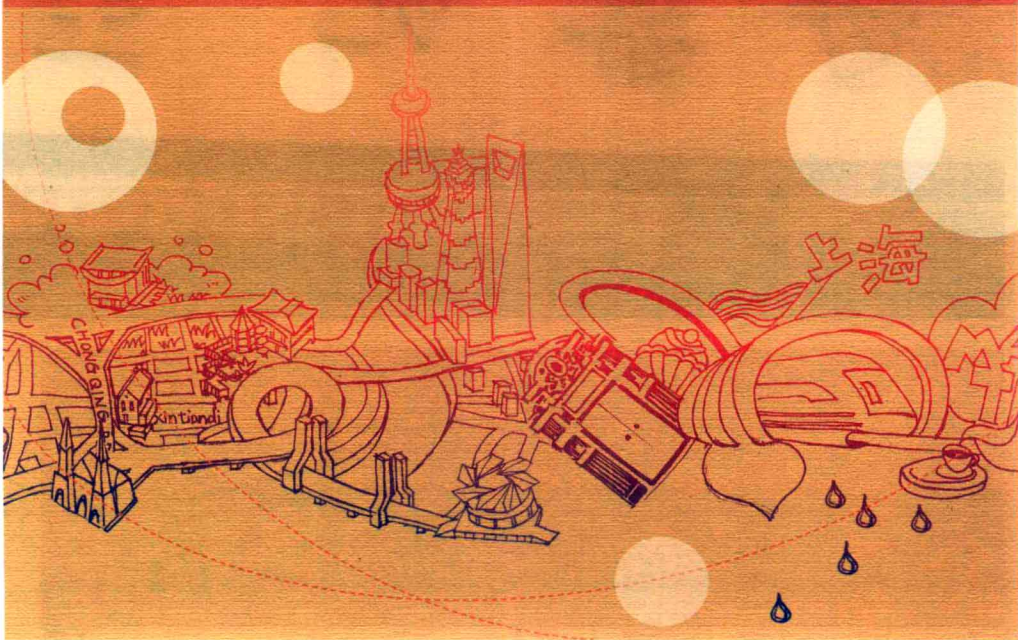
上海





生煎，其实应该叫生煎馒头，是上海最著名的土生土长的点心之一。相较于出身名门世家的小笼包，生煎的身世并不考究。原先，生煎是在茶楼里作为点心来卖的，渐渐的，开始有专门以生煎馒头为主营业的饮食店，生煎就变成了上海人早饭桌上不可或缺的早点之一。对于生煎，年纪大的长辈们的说法是：“皮薄，但不能破，不能焦；一口咬下来，满口溢满汁水，则是生煎中的上品。”一个小小的生煎，北方人甚至觉得就是一面烤焦的小馒头而已，何以有这么讲究？

相比现在几大品牌们为了夺得上海生煎王的称号硝烟四起，竭尽所能的广而告之，其实追溯到老上海滩黄金荣、杜月笙的年代，早在那时就有“生煎大战”，可比现在猛烈得多了。近年来也有很多新创立的生煎品牌被大家所知，像现在大多数人都知道的小杨生煎，好吃有名，但也是近年来的事情。





舒蔡记

Shu Cai Ji

📍 黄浦区云南中路142-146号

☎ 021-63611917



舒蔡记家的美食档案

舒蔡记是开了好几十年的老字号，他们家的生煎还专门取了名字，叫做“蔡记生煎”，和舒蔡记只差了一个字，不知何故。只要是去过舒蔡记的顾客，都会对他们家的生煎赞不绝口，在云南中路上的店面据说是总店，慕名而来的客人也是络绎不绝。

他们家的生煎是装在白色的搪瓷盘子里面，像以前的食堂专用餐具。生煎个头并不大，其实上海正宗的生煎个头本身就没有现在威名远播的小杨生煎那么大，大概只有其2/3的大小吧。舒蔡记家生煎的底板咬起来“咔嚓”一口特别脆，烘得金黄酥脆，咬下去满口香，生煎的底据说是最考验生煎师傅手艺的地方。生煎上面洒上满满当当的芝麻，面皮发得很蓬松，不过并不厚。一口咬下去，汤汁溅到嘴巴里，说不出的鲜美，里面的肉馅也很新鲜，很精到。

他们家的菜饭也是一绝。菜饭是现炒的，一定要趁热吃才能吃出菜饭的咸香味，尝起来有点大锅饭的味道，香喷喷的，红色的肉搭配碧绿色的菜，颜色鲜艳煞是好看，口味是属于上海人比较家常的味道，咸香、湿润，就像妈妈做的菜饭一样。

Mr.Q的美食推荐

生煎 咸肉菜饭 炒面
小馄饨 牛肉粉丝汤



曉賢生煎簡介

曉賢上海市人一九九

四年獲國家三級廚師后得

點心大師張振和吳江老先

生真傳加上其本人虛心好

學潛心鑽研採用上乘精肉

調以海鮮使生煎在味型兩

個方面取得了更大發展

其特點如下

皮板金黃 汁多味美
個大皮薄 老少皆宜

曉賢生煎

XiaoXian Fried-dumpling

🏠 黃浦区董家渡路385号

☎ 13482060167



晓贤家的美食档案

在上海的老城厢董家渡，有一家门面很小，看上去又拥挤又油腻的生煎店。这家店的生煎以“个头大、汤多、味美”在黑暗料理界闻名遐迩，这家生煎店就是晓贤生煎。说来也怪，都说上海人既挑剔又有洁癖，但是只要讲到吃的时候，美味绝对占上风，否则这样一家名副其实的小门面，怎么能得到这么多上海人的厚爱呢？

晓贤生煎是用名副其实的传统手工工艺制作的，生煎的皮虽薄，却很好地封住了包在里面的鲜美汤汁。底看似很脆，可是哪怕外带回家冷掉了，生煎的底仍然完好无损，吃的时候也不会破。生煎上撒了青葱和白芝麻。

麻，让人老远就闻到香气袭人，双腿不由自主地往他们家走去。他们家生煎除了汁水丰富外，个头也大，一口咬下去就像在吃汤包一样。吃生煎一定不能贪快，不然十有八九会被烫到舌头。他们家的生煎4元一两，在如今生煎的身价一涨再涨的行情下，晓贤家一直保持着这个价钱未变动，算得上是真正给上海人吃的草根生煎。

二两生煎，配上一碗他们家的牛肉粉丝汤，就算一顿可口的早饭了。牛肉粉丝汤的味道也不错，鲜美又不咸，粉丝很有嚼劲，里面牛肉的量也还算可以，不像很多小吃店那样把牛肉切得薄如蝉翼。

「晓贤生煎采用的是名副其实的传统手工工艺。」



Mr.Q的美食推荐

生煎	牛肉汤
牛肉粉丝汤	小馄饨
辣酱面	贡丸粉丝汤
鸡鸭血汤	

