

非吃不可

200家 超赞人气餐厅



小宽·著

向毛主席保证：亲自试吃，绝无广告

京城资深美食达人  
十年兢兢业业亲身试吃



挑战

# 100元吃遍北京

巨划算：

上至高级餐厅，  
下至地道风味店！  
通胀年代，  
100元极限消费力。

## 2011-2012 吃货指南



省心：

佳菜品组合！  
点冤枉菜，  
动脑筋，  
样把菜点到点子上。



巨诚意：

经得起嘴，  
抓得住胃，  
撑得了面子，  
对得起良心。



ZIT  
紫图

旅游教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

100 元吃遍北京 / 小宽著 ;

—北京: 旅游教育出版社, 2011.5

ISBN 978-7-5637-2162-7

I. ① 1… II. ① 小… III. ① 餐馆 — 介绍 — 北京市

IV. ① F719.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 082195 号

丛书主编 / 黄利 监制 / 万夏

项目创意 / 设计制作 / 紫圖圖書 

特约编辑 / 李媛媛 雷蕾

责任编辑 / 何玲

100 元吃遍北京

小宽 / 著

出版发行 / 旅游教育出版社

社址 / 北京市朝阳区定福庄南里 1 号

经销 / 新华书店

印刷 / 北京市兆成印刷有限责任公司

版次 / 2011 年 5 月第 1 版

2011 年 5 月第 1 次印刷

开本 / 787 毫米 × 1092 毫米 1/32 7.25 印张

字数 / 130 千字

书号 / ISBN 978-7-5637-2162-7

定价 / 32.00 元

---

如有印装质量问题, 请寄回印刷厂调换





**100元**  
**吃遍北京**

**200家**  
**超赞人气餐厅**

北京



旅游教育出版社

此为试读, 需要完整PDF请访问: [www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)



# 花100元，到底能吃什么？

## 1. 这是一本一口一口吃出来的书

我做了十来年的美食记者，眼瞅着从临风少年吃成了一个初级痛风的胖子，才有了这本书的诞生。

## 2. 哪些餐馆不列入本书？

有五种餐厅不在本书选择范围：100块钱怎么算都吃不饱的；连锁的，有三家以上分店的；自助类型的；熟门熟路的老字号；新开业半年以内的。

## 3. 吃货速成指南

把这200家餐馆吃完一遍，基本上能满足你周围朋友各种刁钻的美食提问了。

## 4. 对得起自己的胃

这里推荐的餐厅，我基本上最少去过三次，以记者身份去过后，一定再以普通食客的身份去，点同样的菜，确保品质稳定。

## 5. 花100元，我们到底能吃什么？

在这个通货膨胀的年代，100元钱连泡好的普洱茶都喝不上。可如果选择对了餐馆，100元钱能饱餐一顿美食，兴许还有餐后甜点。

## 目录

|                     |    |
|---------------------|----|
| 花100元,到底能吃什么? ..... | 5  |
| 如何使用本书 .....        | 12 |

## 东城美食

|                    |    |
|--------------------|----|
| 1. 八九道菜 .....      | 14 |
| 2. 悦宾饭馆 .....      | 15 |
| 3. 君琴花 .....       | 16 |
| 4. 宏源涮肉城 .....     | 17 |
| 5. 奥华餐厅 .....      | 18 |
| 6. 百米粒 .....       | 19 |
| 7. Life List ..... | 20 |
| 8. 天下盐 .....       | 21 |
| 9. 唐宫海鲜舫 .....     | 22 |
| 10. 奇门涮肉 .....     | 23 |
| 11. 煲煲好 .....      | 24 |
| 12. 今 .....        | 25 |
| 13. 18茶院 .....     | 26 |
| 14. 文宇奶酪店 .....    | 27 |
| 15. 汤城小厨 .....     | 28 |
| 16. 阿宗面线 .....     | 29 |
| 17. 北新桥卤煮 .....    | 30 |
| 18. 黔味轩 .....      | 31 |
| 19. 火凤凰 .....      | 32 |
| 20. 小彻甜品 .....     | 33 |
| 21. 新乡杨记红焖羊肉 ..... | 34 |
| 22. 刘家锅 .....      | 35 |
| 23. 猜火车 .....      | 36 |
| 24. 嘉陵楼 .....      | 37 |
| 25. 秦唐府 .....      | 38 |
| 26. 大里院子 .....     | 39 |
| 27. 昔巷 .....       | 40 |
| 28. 黄河水 .....      | 41 |
| 29. 重庆老汤锅 .....    | 42 |
| 30. 东北人 .....      | 43 |
| 31. 张妈妈特色川味馆 ..... | 44 |



|                   |    |
|-------------------|----|
| 32. 聚点串吧 .....    | 45 |
| 33. 丹桂餐厅 .....    | 46 |
| 34. 馅老满 .....     | 47 |
| 35. 埃蒙小镇 .....    | 48 |
| 36. 宽板凳老灶火锅 ..... | 49 |
| 37. 28号院私家菜 ..... | 50 |
| 38. 爆肚皇 .....     | 51 |
| 39. 孔亮火锅 .....    | 52 |
| 40. 国营新成削面馆 ..... | 53 |
| 41. 川骄火锅 .....    | 54 |
| 42. 月盛斋马家老铺 ..... | 55 |
| 43. 万柳阁 .....     | 56 |

## 西城美食

|                 |    |
|-----------------|----|
| 44. 张记酱牛肉 ..... | 58 |
| 45. 新川面馆 .....  | 59 |
| 46. 杏园餐厅 .....  | 60 |
| 47. 众乐家常菜 ..... | 61 |

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 48. 丽江庭院 .....        | 62 |
| 49. 八条一号 .....        | 63 |
| 50. 信义德百叶居 .....      | 64 |
| 51. 德顺楼 .....         | 65 |
| 52. 西来顺 .....         | 66 |
| 53. 惠丰老北京饺子楼 .....    | 67 |
| 54. 东兴顺爆肚张 .....      | 68 |
| 55. 云南味道 .....        | 69 |
| 56. 名乐鸡煲 .....        | 70 |
| 57. 江边城外巫山烤全鱼 .....   | 71 |
| 58. 四味柳州螺蛳粉 .....     | 72 |
| 59. Cafe Sambal ..... | 73 |
| 60. 延吉餐厅 .....        | 74 |
| 61. 热盆景 .....         | 75 |
| 62. 晋阳饭庄 .....        | 76 |
| 63. 张记一枝花羊汤 .....     | 77 |
| 64. 齐鲁饭店 .....        | 78 |
| 65. 拉兹印度音乐餐厅 .....    | 79 |
| 66. 龙人居 .....         | 80 |
| 67. 华天峨嵋酒家 .....      | 81 |

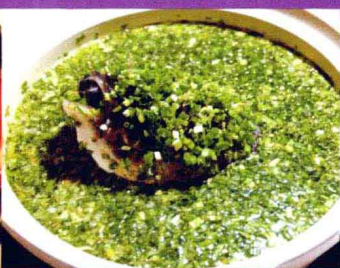


|                        |     |
|------------------------|-----|
| 68. 王胖子驴肉火烧 .....      | 82  |
| 69. 聚宝源 .....          | 83  |
| 70. 南来顺 .....          | 84  |
| 71. 吐鲁番 .....          | 85  |
| 72. 湖广会馆楚畹园 .....      | 86  |
| 73. 京味楼 .....          | 87  |
| 74. 砂锅居 .....          | 88  |
| 75. 松月餐厅 .....         | 89  |
| 76. 美味斋 .....          | 90  |
| 77. 陈记卤煮小肠 .....       | 91  |
| 78. 京天红 .....          | 92  |
| 79. 孔乙己 .....          | 93  |
| 80. 洪运轩 .....          | 94  |
| 81. 烤肉宛 .....          | 95  |
| 82. 老好吃鸡架城 .....       | 96  |
| 83. 新疆饭庄 .....         | 97  |
| 84. 白记年糕 .....         | 98  |
| 85. 美栗乡 .....          | 99  |
| 86. 港丽餐厅 .....         | 100 |
| 87. 金融街洲际酒店巨扒房餐厅 ..... | 101 |

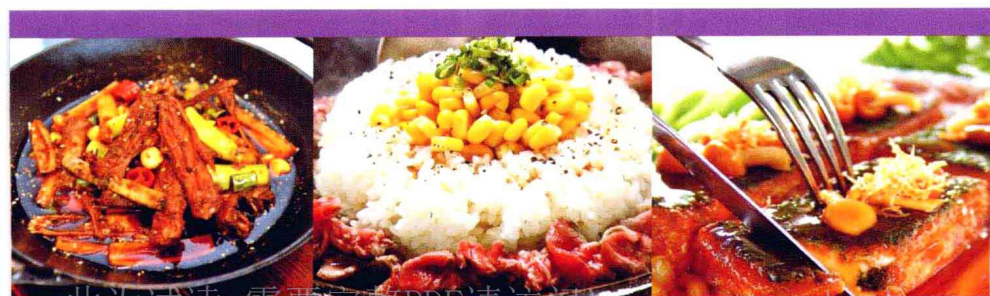
|                |     |
|----------------|-----|
| 88. 西单翅酷 ..... | 102 |
|----------------|-----|

## 朝阳美食

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 89. 西德顺爆肚王 .....  | 104 |
| 90. 美味食源 .....    | 105 |
| 91. 潮香洲 .....     | 106 |
| 92. 一坐一忘 .....    | 107 |
| 93. 中建餐厅 .....    | 108 |
| 94. 新川办 .....     | 109 |
| 95. 味拉奇鱼酷 .....   | 110 |
| 96. 华威肉饼 .....    | 111 |
| 97. 马村鱼头 .....    | 112 |
| 98. 四川简阳羊肉汤 ..... | 113 |
| 99. 绿茶 .....      | 114 |
| 100. 侃谱 .....     | 115 |
| 101. Oden .....   | 116 |
| 102. 酸甜酷辣 .....   | 117 |
| 103. 梧桐·小聚 .....  | 118 |



|                          |     |                      |     |
|--------------------------|-----|----------------------|-----|
| 104. 木叶炭火烧肉 .....        | 119 | 124. COCO PARK.....  | 139 |
| 105. 新元素 .....           | 120 | 125. Glen .....      | 140 |
| 106. 杨家火锅 .....          | 121 | 126. 甲21号 .....      | 141 |
| 107. 姜味府 .....           | 122 | 127. 双流老妈兔头 .....    | 142 |
| 108. 湘肠香 .....           | 123 | 128. 福满园 .....       | 143 |
| 109. 蓬香楼 .....           | 124 | 129. 优品106号精制家常菜馆 .. | 144 |
| 110. Alameda.....        | 125 | 130. 杨记麻辣烫 .....     | 145 |
| 111. 许仙楼.....            | 126 | 131. 望京一号 .....      | 146 |
| 112. 面吧 .....            | 127 | 132. 二道桥 .....       | 147 |
| 113. 甜蜜生活.....           | 128 | 133. 奖忠洞王猪蹄包肉 .....  | 148 |
| 114. DK1308皇冠自酿啤酒坊 ...   | 129 | 134. 火炉火烤肉 .....     | 149 |
| 115. 金链花泰餐厅 .....        | 130 | 135. 国贸烤翅 .....      | 150 |
| 116. Danger Doyle's..... | 131 | 136. 三只耳 .....       | 151 |
| 117. 三摩地素食茶艺空间 .....     | 132 | 137. 湘极了 .....       | 152 |
| 118. 旺顺阁鱼头泡饼 .....       | 133 | 138. 富春江 .....       | 153 |
| 119. 将太无二 .....          | 134 | 139. 衡山汇 .....       | 154 |
| 120. 斜角巷云南土司菜 .....      | 135 | 140. 泰和草本工坊 .....    | 155 |
| 121. 开小灶 .....           | 136 | 141. 无敌家 .....       | 156 |
| 122. 金牛耳面馆 .....         | 137 | 142. 岳麓山屋 .....      | 157 |
| 123. 河南大厦豫香苑 .....       | 138 | 143. THE TREE .....  | 158 |





|                    |     |
|--------------------|-----|
| 180. 蜀道金沙大酒楼 ..... | 196 |
| 181. 宝琴傣味餐厅 .....  | 197 |
| 182. 海碗居 .....     | 198 |
| 183. 柴氏风味斋 .....   | 199 |
| 184. 柳林餐馆 .....    | 200 |
| 185. 陈麻婆豆腐 .....   | 201 |
| 186. 基辅餐厅 .....    | 202 |

## 周边地区美食

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 187. 天雅居 .....      | 204 |
| 188. 劳模山庄 .....     | 205 |
| 189. 兰特伯爵 .....     | 206 |
| 190. 嘉丰湘菜馆 .....    | 207 |
| 191. 山水间羊蝎子 .....   | 208 |
| 192. 十全舫 .....      | 209 |
| 193. 意大利农场 .....    | 210 |
| 194. 国顺正宗驴肉饭店 ..... | 211 |
| 195. 晋风庄园 .....     | 212 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 196. 春园饭庄 .....   | 213 |
| 197. 古岸农庄 .....   | 214 |
| 198. 金泓源度假村 ..... | 215 |
| 199. 冠坤会客厅 .....  | 216 |
| 200. Zicake ..... | 217 |

吃货絮语 小宽的吃和写 ..... 218

吃货心情 风吹哪页吃哪页 .... 220

索引 ..... 224

后记 ..... 228

致谢 ..... 229



# 如何使用本书

## 餐厅推荐指数

- ★代表还不错，路过可以尝尝。
- ★★代表值得推荐，带朋友来不跌份。
- ★★★代表非常好，吃货的分水岭，吃过这里才算是吃货。

## 餐厅所在城区

每个城区均有不同的颜色标识，方便读者检索。

西城区

东城区

朝阳区

海淀区

丰台区

石景山区

门头沟区

通州区

顺义区

昌平区

大兴区

怀柔区

密云区

延庆区

## 餐厅名称

## 几人吃

菜单可供几人份，读者点菜时可酌情增减。

## 正文

## 美食地图

以地铁站、重要道路或知名单位为参照地标，方便读者按图索骥。

## 温馨提示

针对餐厅软环境的补充，包括餐厅是否有车位，是否需要排队，位置是否好找。有时还有作者的贴心小提示。

## 推荐菜单及价格

招牌菜以及口碑良好的菜，都是作者亲自品尝过的。另外还有一些是作者认为不错的冷门菜品。价格都是人均100元以内。

## 适合客路

- 适合独自前去
- 情侣约会觅食
- 猪朋狗友聚餐
- 家人团聚吃饭

## 菜品实例图片

照片均来自作者现场拍摄。

## 内文图说

## 龙人居

4人吃

极有市井气的民间伙食店 菜量大 实惠 味道是让四川人都不失味的。

许多人跟我推荐龙人居，推荐这里的绝味蹄膀、毛血旺，以及水煮鱼。我对水煮鱼兴趣不大，这道菜很难超越和脱离湘赣鱼乡的路径，倒是绝味蹄膀和毛血旺都是大爱。

绝味蹄膀是一款很考验手艺的菜，首先“绝味”指的是猛火加盐，迅速翻炸，断生出锅，在很短的时间内完成一系列高难度动作，就像跳水运动员，需要在很短的时间内完成起跳、翻腾、转体。入水还要来两根筷子水花，这道选白水花压的到位，嫩，且糯气十足，糯气是指糯气，带着十足的新鲜，而且能轻巧的滑溜出，这道菜是用猪面筋的，至少是猪面与色拉油的混合油，因为只有用猪面才能有这样香美的味道，那是一种“面香”的幸福。特别喜欢吃里面黄喉和鱿鱼，新鲜且口感爽。

这里极有市井气，随时来了都人满为患，服务员勤快麻利，菜的分量大，实惠，本来这种民间美食就需要这种民间方式来做，我不喜欢把份食打扮成花姑娘的菜，本来就是一种粗犷面，何必装装点或为有面子，造作了，但是这种造作如今却成了京城不少餐厅的主流，以为这就是时尚，这就是潮流。



|      |      |
|------|------|
| 绝味蹄膀 | 18元  |
| 水煮鱼  | 118元 |
| 毛血旺  | 24元  |
| 绝味蹄膀 | 48元  |
| 合计   | 202元 |

温馨提示：这里的常客排队，旁边有一家老铺山椒也不错。



水煮鱼

## 餐厅特色

让读者在无暇细看时，一目了然。

## 基本信息

包括地址、电话、环境和服务。

地址：二环路东便门甲19号楼  
电话：68023476  
环境：整洁  
服务：随叫随到  
适合客路：★☆☆

PART

1

# 东城美食<sup>43家</sup>

君琴花

28号院私家菜

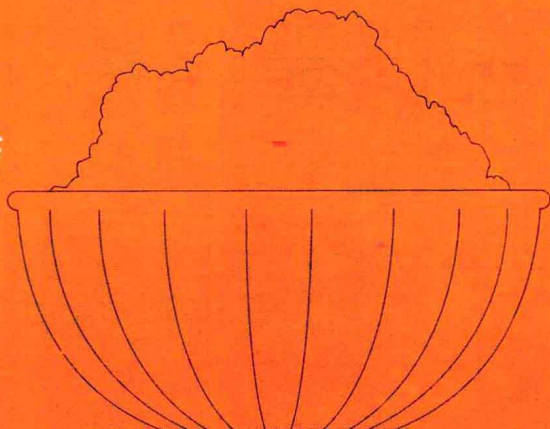
奥华餐厅

Life List

唐宫海鲜舫

大里院子

.....





**莲藕竹荪** 竹荪做汤最常见，许多人喜欢咀嚼竹荪时的咯吱声。然而，这里把竹荪做成莲藕装，里面加了鸡肉馅，看上去洁白恍如美人，吃起来清新恍若进入山林。

## 八九道菜

2人吃

原生态云南菜胡同小馆，女性主厨，别致的独门菜品，美味又养生。



**摩梭油鸡** 这道菜是下酒良菜，“摩梭”总会叫人想起母系氏族的走婚，当然也能联想到著名的杨二车娜姆。



饵块家乡鸡

我固执地认为，只有在小规模云南菜馆里，才能把野山菌做得荡气回肠。这家胡同小馆里有许多别致的独门菜品，只有在这里能吃到，比如一道莲藕竹荪。

摩梭油鸡则是美艳不可方物，油鸡是对鸡枞菌的最大尊重，这样做不但容易储藏，搭配面条或者米线一起食用，就是人间尤物。另外有一种油名为鸡枞油，也是鲜美异常。云南多险峻之食，这里还有一道阉鸡。所谓阉鸡，其实是许多地方的传统美食。这种鸡肉更为肥厚，且没有腥膻，平和了许多。鸡肉的滋味有些久违，带着童年的回味，每一口都是鸡肉原本的香味。

与常见的餐厅不同，这里的厨师是一位大姐。女性的细腻与家常都能融入到菜里，多了一些温婉。店中所用的糟辣椒、酸菜、干酸菜等原材料也都是大姐亲自腌制。

东四七条

东四六条

东四四

香茅草排骨  
干巴菌摊鸡蛋  
汽锅鸡  
竹筒饭

48元  
22元  
38元  
6元

合计  
114元

温馨提示：胡同里，没停车位，最好打车或者乘地铁前往。

地址：东城区东四四条甲83号

电话：010-64065882

环境：整洁

服务：随叫随到

适合客路：👨👩👧👦

**蒜泥肘子** 算是这里的招牌。这是踏踏实实是北京家常回味，蒜泥不是像川菜蘸料中捣成泥，而是用刀切成碎块，一定要搭配上酱油，而且是北方的黄豆酱油。



## 悦宾饭馆

2人吃

中国第一家个体私营饭馆，主打地道的北方家常菜。

这里是“中国个体第一家”，1980年开业，对于我们来说，其时代意义远远大于其美食意义。

胡同里的餐馆总是有着亲切的味道，在这里吃饭也经常能见到刘桂仙老两口儿在店里招呼客人。菜谱上都是家常菜，看家的几道拿手菜几十年没有变化过，许多人十几年前吃过这里的蒜泥肘子，现在吃，还是一个味儿。任何事都需要坚持，美食也是一样。蒜泥肘子很香，很家常，炖得很烂，肥肉瘦肉可以一起大嚼，典型的北方家常菜；另外一道糖醋排骨在许多餐厅的菜单上都已经见不到了，这里还有，并且依然是老北京的味道，糖醋味道很浓，但是又不刺激，排骨入味，并且酥烂。黄瓜虾仁也很实惠，虾仁不是冷冻的那种，而是厨师一个个手剥的，个很大，配上黄瓜刚刚好。另外一道值得推荐的是五丝桶，几种蔬菜切成丝，拿小饼卷着吃。

菜朴素，没有什么花活，也不跟着流行趋势前进，一直这样了几十年，成了一个小小的传奇。



**五丝桶** 在30年前，这算是一道创意菜，虽然仅仅是把各种蔬菜丝卷起来。早些年这道菜在北京外国人圈子里名声响亮，20世纪80年代，几乎每个外国使馆都曾有人来此吃饭。



糖醋排骨  
蒜泥肘子  
红烧茄子  
芡爆肚丝

39元  
45元  
18元  
32元

合计  
134元

温馨提示：悦宾规模不大，在同一条胡同里有一家悦仙饭馆，跟他们是同一家。

地址：东城区翠花胡同43号

电话：010-85117853

环境：整洁

服务：随叫随到

适合客路：❤️👤👤👤