

美食休闲周刊 Gate

南京最权威的美食地图

南京人喜甜不喜辣?



红烧羊肉

甲：“咦，这盘西红柿炒蛋怎么这么甜？”

乙：“加了白糖啊。”

甲：“为什么？西红柿本来就有甜味呀！”

乙：“我平常都这么做的。不加糖不好吃啊！”

以上对话，南京人一看就知道，甲肯定是外地人了！对南京人来说，在菜里放白糖简直是天经地义，哪还用得着解释？“宁可食无盐，不可食无糖”是他们一直以来的饮食习惯，糖啊，是必放不可的佐料。就连吃螃蟹要蘸的姜醋汁，南京的大厨都会建议你加一些白糖，味道会更加鲜美呢。

有网友在搜搜上问：“谁知道南京人为什么这么喜欢吃甜的？”最佳答案：“从很久很久以前流传下来的习惯和口味。”

既然南京人这么偏爱甜菜，是否就像喜清淡的广东人一般不那么能吃辣呢？南京网友对外地人提出的这个问题普遍这样回答：“一般辣能接受，太辣就不行了。”也有“极端”的回答，像“南京人很能吃辣”和“南京人完全不吃辣”。金塘大酒店的吴厨是土生土长的南京人，他告诉记者，南京人并非不能吃辣，他们对川辣和湘辣目前的接受度在百分之五六十左右。而冬天在家做菜，南京人通常喜欢做红烧鸡、红烧鸭和红烧鱼，而在这些菜里必放干辣椒，除了可以去腥起鲜，还能刺激食欲。冬天里南京人极爱吃羊肉，一般有两种做法，微辣的胡萝卜烧羊肉和麻辣涮羊肉。

吴厨说，南京人以往给人不喜食辣的印象，但这种情况

情况早在1992年就已经开始慢慢改变了。当年川香火锅城在南京十分受食客欢迎，炎热的夏天在该店大门口排队等享麻辣美味的人数总能超过二十。而在大约1996年或是1998年时，重庆名吃麻辣鲜香俱全的“毛血旺”风靡南京，鸭血、鸭肠、泥鳅、午餐肉、鸭肚、猪心、豆芽等的组合让爱吃鸭的南京人大呼过瘾，对麻辣的接受度也愈来愈高。而金塘的老板从2004年开始引进四川厨师、工艺和原材料，在将川菜推向更广泛的领域上取得了成功，店里的“馋嘴蛙”“香辣蟹”“鲜香麻辣鱼”等都大受食客追捧。

南京人越来越能吃辣了，据去年年底的数据统计，南京每天卖出辣椒至少80吨，除去销往外地，南京人自己消费的至少有50吨。除了辣椒消费量大增外，吃辣的等级也不断提升。一家川菜馆老板说，前些年南京人一般只能吃吃“微辣”，但现在选择吃“中辣”的已经达到50%以上，还有近一成的人会选择尝尝“特辣”。

金塘酒店的吴厨说，南京餐饮兼容并蓄，川菜、湘菜大行其道，再加上这些年来到南京的外地人比以前多了，都导致南京人对辣椒接受程度大大提高。

见习记者 彭凌梅

大厨教你一道劲辣菜

本期，金塘大酒店的吴厨教您一道劲辣菜“川味红烧羊肉”。

原料：主料需羊肉1kg，大白菜500g，粉丝50g。辅料需胡萝卜1根，白萝卜1段，桔子1个，香菜100g，青红椒各1个。调料需备10余种香料，分量少许即可，有八角、桂皮、干辣椒、砂仁、白扣、陈皮、花椒、香茅草、南姜、肉桂、花椒。另还需调味料有豆瓣酱、辣椒酱、三五牌火锅底料、生抽、葱、姜、蒜头。

制法：1.将葱、姜、蒜头用猪油和色拉油爆香，再放入豆瓣酱、辣椒酱、干辣椒和花椒在锅里翻炒。

2.放入洗净的羊肉，炒干水分，等到羊肉的特有香味飘出，再添加生抽和料酒继续翻炒，接着加入高汤。

3.适时将火锅调料、胡椒粉、香菜梗和青红椒放进来。用普通炒锅需用小火烧上1个半小时，而且不停翻炒，以免粘锅。如果用高压锅来做，就只需半个小时。

4.起锅时放入适量鸡精。将羊肉盛出，而汤则用漏勺过滤出来，沥掉花椒等汤渣。

5.将大白菜焯水后放入汤，加入粉丝。将桔子去皮去筋，切成细末，与芹菜末、香菜叶一起放入汤中。

大厨经验谈：1.羊肉洗净后不能焯水（即用开水烫）。2.此菜千万不能放糖。

打造南京“水立方”式商务酒楼 世纪缘太平门店盛大试营业进行中

近日，眼尖的南京人会发现，在太平门与龙蟠中路交叉口赫然出现了一座外形酷似北京“水立方”的建筑——这是世纪缘连锁集团历经7个月悄然打造的大型商务酒店：世纪缘太平门店集餐饮、客房、会议、商务接待等为一体，总面积近1万平方米，客房近100间、餐位600个，并配有大型餐饮客房包间、多功能会议室等。



日前，世纪缘太平门店正式进入试营业，正逢江宁金色世纪缘二周年店庆，世纪缘太平门店特推出心动优惠活动，将持续进行至12月26日。在此之前，来世纪缘太平门店餐饮部消费，每满500元店家将赠送您价值178元的洋河海之蓝1瓶。另外，活动期间世纪缘太平门店还推出让人心动的特惠价：住一间四星级标准间或是高级商务大床间仅花费168元每天。

世纪缘太平门店背靠九华山，山上四季绿荫葱葱，是古都南京的绿肺之一。听说这里在试营业，这两天前来打听的消费者络绎不绝，其中不乏常年在南京投资创业的商务代理人。顾客李先生说：“住在绿山环抱处，人的心境自然会得到一份宁静。”有客人告诉记者，常住在这里，可以闲庭信步或爬爬九华山，释放一天工作的烦躁与压力。

江南公社龙蟠中路店火爆迎客 “招牌特色菜桌桌送”心动进行中

江南公社龙江店和龙蟠中路店太火爆了！开业不久的龙蟠中路店“桌桌送公社招牌特色菜”的优惠活动人气之旺不需多说。

龙蟠中路店“粉丝”狂热

湘菜以“香辣微酸”的风格名列全国八大菜系之一，其独特、浓厚的地方特色大受食客追捧。在龙蟠中路店用餐的李小姐是江南公社的铁杆“粉丝”，她说：“这儿的菜可说是让人一日不见，如隔三秋。独特的风味让你吃了还想吃，辣出汗水眼泪还觉得爽。”

把好原料关 专业所以味美

江南公社从湖南精选原料进货，坚持猪肉自己熬，肉丸自己

炸，鳝鱼自己杀，腊味自己熏……真诚的品质、独树一帜的风味，自然吸引了红火的人气。江南公社运用这些好原料，将“不辣不革命”的湘菜个性之美发挥得淋漓尽致，“麻辣型”“香辣型”“酸辣型”……耐人寻味。

招牌菜款款经典

细数江南公社的招牌特色菜，真多呀！人气狂足的“公社酱椒鱼头王”，荟萃了产自湖南衡山的黄辣椒、湖南湘中特产五指朝天椒等热制成酱椒，绝对是辣上加辣。“乡巴佬牛尾”筋道鲜香；“公社手撕鸭”软嫩爽口；“湘西土匪鸡”辣香浓郁；“公社红烧肉”的经典味美更不必言语了。

“视频点菜”惊艳亮相绿杨春河西生态酒店

绿杨春感恩回馈为下岗工人、大学生提供就业机会

各种菜肴在大屏幕一一呈现，顾客看到喜欢的，就可以电话点菜。位于河西庐山路18号即将开业的绿杨春星级生态酒店，引入了一套视频点菜系统，据悉，这将是南京餐饮界目前唯一一家从国外引进，是目前国际上最新的基于网络的第三代全数字视频监控的点菜系统，这种点菜方式更直观形象，能及时向顾客推荐最新菜肴，并对菜肴卫生等进行监督。其实视频点菜系统的引进，只是这个南京知名品牌餐饮连锁的一次小小变革，即将开业的绿杨春星级生态酒店也是绿杨春餐饮集团成立近10年的宏伟目标的一个开始。

【硬件】耗资千万 一切以宾客为本 “千里之行，始于足下”绿杨春餐饮集团从没有停止过前

进创新的步伐。进入庐山路的绿杨春星级生态酒店，小桥流水、鱼翔海底，清新高贵、时尚典雅的感觉让人心旷神怡，这个耗资千万巨资打造的生态酒店占地达5000多平方米，在装修上无一不处处尽显奢华，这里每一处的打造都是选用如今最时尚、最顶端、最环保的装饰材料，从天花板、墙面到地板、洗手间，每一个细节都彰显尊贵。豪华大厅富丽堂皇，可同时摆放近50桌席席。近80多个豪华包间，其中一个特大豪包配备了可供30人同时就座的餐桌，以满足家庭等部分特殊消费群的需要。

据了解，酒店豪华休息区，可供客人在等待时免费品尝咖啡、美酒、饮料，欣赏功夫茶表演。还配备了儿童托管游乐区，让大人、儿童在就餐的同时还能享受一份轻松和快乐。更有

趣的是，客人还可以在大厅垂钓，钓到的鱼也可交给本店现场烹饪。

古人云：“美食不如美器”，一套精美的餐具也是佐餐的视觉享受之一。为此，绿杨春特定做了一批设计考究，能增添进餐情趣和艺术美感的进口餐具，使其与菜肴的外形和色泽、酒店的装饰、餐桌的装饰等协调与匹配，使酒店的精品生态菜肴出品更显贵气大方。

【特色】绿色生态 “土”也能掘金

如果说硬件是基础，菜肴和餐饮文化理念特色则是根本。如果菜肴和餐饮文化缺乏特色，难以吸引宾客，那么再好的硬件也是白搭。主打健康农家菜、推崇土菜细做的绿杨春餐饮集团创立以来便

是以“绿色生产”和“绿色经营”为基本指导思想。

正所谓巧妇难为无米之炊，没有好的原料，厨师的手艺再高也没有用。在竞争日益激烈的餐饮市场中，如果在原料方面走在了竞争对手的前面，那么就等于在市场竞争中位于领跑者的位置。可能也源于王董对家乡安徽安庆浓浓的思乡情，风景秀美的老家山区远离工业，道路崎岖，小车都无法开进去，生长和生活在这里无污染、原生态的食材正是酒店最好的原材料，同时也为家乡乡亲们提供收入来源，一举两得。对于日益壮大的绿杨春餐饮连锁，老家的食材原料是远远不能满足需要的，为此，集团王董带领骨干多年来到处考察，足迹遍布全国，优选了数十个生态基地作为酒店原材料的供货基地，这类做法尽管

在采购成本上有所增加，但却赢得了消费者的积极评价和市场的广泛认可。

“你无我有，你有我优，这样的菜肴才能称得上精品菜肴，而精品菜肴的核心就是要具备特色。”谈起餐饮，有着丰富经营理念的王董头头是道。抓好原料抓烹饪，“众口难调”贵在调味，厨师的技艺决定了菜肴的口味。崇尚土菜精做细做的绿杨春几个老店在烹饪上至今仍保留着砖砌土灶和老家手艺一流的厨娘。

【感恩】一路风雨 与有缘人共见彩虹

2009年，是绿杨春创立10周年，对于一个餐饮店来说，10年是个不短的周期，但对于一个品牌来说，10年仅仅是一个开始，不断地探索，不断地创新，因为常变常

新，绿杨春因此也赢得了无限的品牌生命力。在喜迎新店的背后，是绿杨春人十年共同艰辛的付出与创造。河西绿杨春星级生态酒店的开业，标志着绿杨春餐饮集团在向规模化、星级化、科技化又迈进了一步。尽管如此，为了感恩回馈新老顾客，酒店在菜肴价格定位上依然是好而不贵，丰俭由人。如充一定金额会员卡还免费赠送一整年优质生态大米和正宗放养草鸡蛋，免费为食客提供生态基地旅游等……

与此同时，绿杨春也优先为下岗工人提供多个岗位。高科技产品“视频点菜系统”的运用，科学化的管理，更是吸引30多个大学生前来共谋发展。

河西店地址：庐山路18号

28元尝高档自助火锅 33元吃顶级“南美烤肉”

哥伦布南美烤肉店、自助火锅店酒水无限量畅饮，周一至周五再优惠3元

100多种热菜、冷菜、西点、水果，100多种荤素涮菜无限量供应，学生、商场、白领优惠3元(团队更大优惠)，老人、生日、小孩25元/位

地址：新街口中山南路89号江苏文化大厦3楼电梯直上(中央商场南大门对面)乘100、16、33、35路新街口南站下。2、26、30、46路户部街站下、5路新街口站下 电话：85177717