



十大必吃美食 经典鲁菜里“品味”泉城之美

“人间即风味，美食即相逢”。千百年来，济南的饮食文化都十分讲究，造就了许多令人垂涎三尺的美食，鲁菜作为中国传统八大菜系享誉中国乃至世界。色泽红亮、外焦里嫩的把子肉细腻肥美；金黄酥脆、内里软绵的济南油旋回味无穷；鲜嫩多汁、口感细滑的扒蹄美妙诱人；品味多样、皮薄馅窄；鲜嫩的草包包子鲜美可口，品质上佳、体现泉水文化的“泉水宴”色香味俱全……去后宰门街武岳庙前大口吃把子肉，去宽厚里品味老济南味道。在济南，每一口美食都是味觉的盛宴。



糖醋鲤鱼

济南北临黄河，黄河鲤鱼不仅肥嫩鲜美，而且金鳞赤尾，形态可爱，是本地宴会上的必备佳肴。《济南府志》上早有“黄河之鲤，南阳之蟹，且入食谱”的记载。济南的糖醋鲤鱼，头尾翘起，淋以红亮糖醋汁，色味俱全。



济南油旋

油旋是济南特色传统小吃，外皮酥脆，内瓤柔嫩，葱香沁鼻，因其形似螺旋，表面油润呈金黄色，故名油旋。其中“油旋张”“欧阳油旋”最为人所熟知，隐藏于大街小巷的小店也各有风味。



甜沫

甜沫是一种以小米面为主熬煮的咸粥，粥做好后主人会问“再添点么儿”，指的是添加粉丝、蔬菜、豆腐丝之类的辅料，后来人们谐音成“甜沫”。济南人又俗称之为“五香甜沫”。因为“甜沫”不甜，成为泉城二怪之一。

九转大肠

九转大肠是以猪大肠为主料，加以葱、姜、芫荽等配料，通过煮、烧等烹饪技法制作而成，成菜后有辣觉，并且酸、甜、香、咸四味俱全，色泽红润，质地软嫩。现代厨师也有各种创新口味，几乎每家鲁菜店都有自己独特的味道。



把子肉

把子肉是济南传统鲁菜，早在清朝时期，鲁地即流传用草绳捆扎五花肉，加以酱油炖煮而成把子肉，其味入口即化，香而不腻。济南知名的把子肉品牌有超意兴、三点、武岳庙、老兵等。

油爆双脆

正宗油爆双脆的做法极难，对火候的要求极为苛刻，欠一秒钟则不熟，过一秒则不脆，是中餐里制作难度最大的菜肴之一。它是一种色、香、味、形兼备的特色美食，在袁枚的《随园食单》和梁实秋的《雅舍谈吃》中对此菜均有高度赞誉。如果你打卡的餐饮店有油爆双脆，你大可以放心这家店厨师的手艺。

爆炒腰花

爆炒腰花，是济南特色传统名菜，以猪腰为主料的家常菜，制作时以猪腰、荸荠等为主料，尤其考验厨师刀功，成品鲜嫩，味道醇厚，滑润不腻。

奶汤蒲菜

奶汤蒲菜是济南的一道传统名菜。该菜品在制作时用奶汤和蒲菜烹制，汤呈乳白色，蒲菜脆嫩鲜香倍增，入口感觉清淡味美，是高档宴席之上乘汤菜，素有“济南汤菜之冠”的美誉，又历来被人们誉为济南第一汤菜。



泉水宴

泉水是济南的灵魂，泉水宴通过创新传统鲁菜的方式体现济南独特的泉水文化，融泉韵、水韵、食韵于一体，把美景、美味、美色相结合，制作出水晶荷叶包、酥炸荷花、莲子心茶等泉水系列菜品。

黄焖鸡

黄焖鸡又叫香鸡煲、浓汁鸡煲，属于鲁菜系家常菜。主要食材是鸡腿肉，配以青椒、土豆、香菇等焖制而成，味道美妙，具有肉质鲜美嫩滑的特点。在济南，黄焖鸡小店随处可见。

(济南时报·新黄河客户端记者
刘杰 石晓丹 谢苗苗整理)



游客在济南曲水亭街排队购买美食
济南时报·新黄河客户端记者王锋 摄