

吃鱼餐厅大汇总 看看你去过几家

在庄里喜欢吃鱼的人并不在少数,不管是铁锅焖鱼、石锅鱼、酸菜鱼,还是烤鱼,都有一大批忠实的粉丝。鱼肉本身含有丰富的蛋白质和多种微量元素,极高的营养价值受到食客的欢迎,本期就为吃货们带来几个吃鱼的好去处。

□本报记者 王萍



烤鱼界的“文艺范儿”

推荐餐厅:探鱼

推荐理由:餐厅里十六种口味烤鱼+原创单品,另有凌波鱼、清江鱼、海鲈鱼、草鱼和多种辅菜,80种搭配超级丰富。毛血旺烤鱼,以江湖菜毛血旺为灵感来源,搭配秘制毛血旺酱,汤汁渗入烤鱼,热辣滚烫。特点是川味浓郁,刷新烤鱼的鲜嫩;口感层次更有料,12种辅菜,尽饱口福。重庆豆花烤鱼也是特色。它号称是探鱼主打,融合了腌、烤、堂烧、涮等多种烹饪技法,再配上来自贵州的皱皮辣椒,口味椒香麻辣、鱼肉鲜嫩糯软、豆花香嫩,每一口都让吃货直呼好吃的受不了。汉鲜青椒烤鱼也征服了许多吃货。鲜青椒和鲜青椒椒以黄金比例撒入,在不断沸腾中麻辣鲜香的销魂滋味一点一点融入清江鱼,鲜嫩香浓,回味无穷,叫你根本停不下来!

发现地:万象城7楼

起来。闻着那个烟味都能感受到辣椒的香气。乡村豆豉味纸包鱼也是店里的主打。满满的豆豉,十足的鱼肉,豆豉味并不辣,更多的是将鱼肉的肉味提出来,达到一个鲜度。咬上那么一口,豆豉的汤汁就会在嘴里散开。

发现地:裕华东路与谈固东街交叉口北行100米

京城味道的鱼头泡饼

推荐餐厅:鱼图腾鱼头泡饼

推荐理由:这家主打鱼头泡饼和家常菜。人气十足常常爆满。但店里服务特别好,服务员都很有礼貌,服务周到。而且这家店价格实惠。不用花上太多钱就可以吃到正宗的鱼头泡饼。鱼头泡饼里的鱼头很大的,占了满满一个盘子,而且味道相当不错,口感上汤汁浓郁。鱼头鲜嫩,十分的入味儿鱼脑爽滑,特别香;泡饼是油酥的,很酥脆,软硬适中,不会很油。蟹粉狮子头,狮子头个大量足,肉质细腻,很正宗,是由肥瘦肉粒做成的,里面放了一点点淀粉上劲,吃起来很有味道过瘾,汤清淡可口,再放入一点点蟹粉点缀,看着就十分诱人。

发现地:勒泰中心庄里街2楼

浓情满满蒸汽石锅鱼

推荐餐厅:原生态蒸汽草帽鱼

推荐理由:进入店内,两个人挑出一条三斤的黑鱼,经过店家细心处理后,切段抛入桌上的石锅中接着店员会在石锅上盖上草帽,开好计时器,随着一阵轰隆,巨大的蒸汽就像云雷猛地自下而上充斥上来。其烹饪全程不加油不煎熬,不添加鸡精、味精等人工佐料,全靠汽锅蒸煮出鱼儿本身的鲜美本味;算是比较健康的饮食了。不一会拿开草帽,奶白的汤汁,飘香入鼻,好不诱人;这时只舀一勺汤加点葱和香菜,就是一口鲜美滋味;鱼肉紧实细嫩,没什么刺;后可以烫菜吃,吃法与鱼火锅一样。

发现地:建设大街与中山路交叉口北行200米

最下饭的酸菜鱼

推荐餐厅:鱼你在一起

推荐理由:金汤酸菜鱼用了特制辣油保证香辣的味道,汤浓味厚。与其他酸菜鱼“清汤上飘着辣椒油”不同金汤酸菜鱼的底汤是用牛骨熬制而成的高汤,颜色像牛奶一样,味道醇厚鲜美。鲜艳火辣的朝天椒,搭配十八种香料炼成的香辣油。两者充分与鲜美高汤融合。辣味温和的蕴藏在鱼汤入口后的回味里,喝一口舒舒服服。

鲜嫩的鱼肉在香辣的汤底浸泡之后,每一片都散发着热辣的气息,叫人一口接一口的品尝,结束用餐之后,就是那标志性的红嘴唇,叫人大喊一声“爽”。这个最适合重口味尤其爱食辣的吃货。老坛酸菜鱼的特色是底汤酸爽微辣,开胃清新首选。酸菜鱼最重要的当时是要够酸,老板将传统工艺发酵的酸菜,放入秘制高汤中熬制,使酸味和鱼肉的鲜味充分的调动起来。新鲜的鱼片,入口即化。细细咀嚼,便能感受到汤汁蕴含的浓浓酸菜味被释放出来开胃又清新。酸菜又脆又爽口,光是汤泡饭就能吃一大碗呢。

发现地:万象城4楼

藏匿在巷口的网红店

推荐餐厅:深巷有鱼

推荐理由:深巷有鱼是一家网红烤鱼店,也是被庄里人私藏的纸包鱼。家传蒜香是店里的主打烤鱼味道,蒜瓣特别的香,而且特别大一颗颗的,烤完之后呈焦黄色且带着一点点的甜味,里面没有什么辣椒基本都是蒜瓣。吃一口鱼肉,再吃一口里面的烤蒜,那味道特别赞,喜欢吃蒜的朋友不要错过。酸辣纸包鱼可以说是纸包鱼里的经典款,这家辣椒放的特别多,不小心吃到了,怕是要辣得跳

剩菜打包杜绝浪费

本报讯(记者 王萍)现在,“光盘行动”一词,已经成了很多市民在饭店就餐时的口头禅。近日,记者走访我市多家餐馆、饭店发现,目前,无论是就餐市民还是小型餐馆和大型饭店,大家都在用实际行动,遏制“舌尖上的浪费”。

5月13日中午,记者来到北国购物中心的一家餐厅用餐,坐定后留意观察了一下,大部分顾客点餐时比较自觉,其中,一桌5人点了4个菜,一桌4人和3人的各点了4个菜。一个多小时下来,其中两桌用餐顾客基本做到了“光盘”,4个人的那桌略有剩菜,但客人却主动要求把那个剩菜打包带走。餐厅服务员王女士告诉记者,顾客点菜更理性了,吃不完就打包,已经成了习惯。

记者在调查走访中发现。如今不少饭店都在醒目位置挂着文明用餐的提示语,还有一些饭店提供免费打包服务,鼓励顾客将剩下的菜打包回家,逐渐让节俭之风形成社会共识。

在东大街上的一家港式餐厅,记者见到张女士,面对各式各样粤菜图片,她忍不住想多点几样。“我建议您可以点些双拼或者三拼的菜式。”服务员不仅耐心地给她推荐本店的特色菜,还提醒张女士不要一次点太多,并且任何菜都可以打包带走。

一位饭店负责人告诉记者,现在省会市民都非常重视勤俭节约的风气,一般都有量食点菜、吃不完打包的习惯。为此,餐厅对于菜品的分量,由用餐人数来设定,精致一点,不但价格便宜一些,顾客还能够多吃到几个品种。

小小餐桌,承载文明。让文明用餐从我开始,与文明握手,与陋习告别,为文明城市增添一抹亮色。

培育勤劳节俭之风

厨房窍门

最实用健康炒菜小技巧

裹层面糊再煎炸

煎炸食物时,蛋白质经过高温可产生大量的杂环胺、多环芳烃类等强致癌物。要想减少致癌物产生,可在原料外裹一层厚度适中的面糊,再下油锅煎炸。这些面糊就像给原料穿上了一件“保护衣”,不让原料直接在高温的油里加热,可最大程度减少致癌物的产生。裹面糊时,应尽量均匀、厚度适中,使加热均匀。

炒菜时加醋

加醋有两个好处,第一是保护食物中的维生素C,因为维生素C在酸性的环境下更加稳定。第二,加醋能促进维生素C的吸收。因为,维生素C在消化道中被吸收是靠一种选择性吸收的细胞,这种细胞有个特点是喜酸,醋中的醋酸会刺激这种细胞,让其大量吸收维生素C。

<p>玉屏旅游 YUPING TRAVEL SERVICE 地址:建设北大街5号富邦大厦西14楼 电话:8964 3405/06/07 15830163371 玉屏旅游全国连锁,六十余家,品质保证! 多条始创线路,多年接待经验,详见15/16年晚报广告 行程可以模仿,品质无法复制,模仿终究山寨,抄袭注定失败</p>	<p>恩施 武当山,恩施,太极洞,恩施大峡谷,恩施土司城,恩施神农架,恩施大峡谷,恩施土司城,恩施神农架,恩施大峡谷,恩施土司城,恩施神农架 1990</p>	<p>三峡 西陵峡,瞿塘峡,巫峡,三峽大瀑布,瞿塘峡,巫峡,三峽大瀑布,瞿塘峡,巫峡,三峽大瀑布 2690</p>	<p>日本 东京,京都,奈良,大阪,北海道,日本,东京,京都,奈良,大阪,北海道 3799</p>
<p>地坑院 河南,地坑院,河南,地坑院,河南,地坑院 499</p>	<p>浙江 普陀山,舟山群岛,朱家尖,普陀山,舟山群岛,朱家尖 1990</p>	<p>稻城 亚丁,稻城,亚丁,稻城,亚丁,稻城 2990</p>	<p>俄罗斯 莫斯科,圣彼得堡,俄罗斯,莫斯科,圣彼得堡 4599</p>
<p>安徽 黄山,黄山,安徽,黄山,安徽,黄山 1290</p>	<p>贵州 黄果树,贵州,黄果树,贵州,黄果树 2390</p>	<p>东北 长白山,东北,长白山,东北,长白山 2990</p>	<p>德法意瑞+奥比 德国,法国,意大利,瑞士,奥地利,比,德法意瑞+奥比 8999</p>
<p>大别山 大别山,大别山,大别山,大别山 1690</p>	<p>北大荒 北大荒,北大荒,北大荒,北大荒 2790</p>	<p>色达 色达,色达,色达,色达 3190</p>	<p>西北四省 西北四省,西北四省,西北四省,西北四省 3490</p>
<p>普者黑 普者黑,普者黑,普者黑,普者黑 3890</p>	<p>南北疆 南北疆,南北疆,南北疆,南北疆 4190</p>	<p>西北五省 西北五省,西北五省,西北五省,西北五省 4790</p>	<p>华东 华东,华东,华东,华东 999</p>