

美味安康

网红美食，你来打卡！

好吃的，请看这里

美味故事酒店杯

美味安康

网红美食大比拼

订餐热线 13891519851

安康市烹饪餐饮行业协会

为挖掘更多样化的特色美食，一起发现谁最能代表“舌尖上的安康”？打造安康网红美食打卡地，安康市烹饪餐饮行业协会、《安康日报·秦巴文旅》编辑部将联合市区市场监督管理部门，开展“美味安康·网红美食，你来打卡”活动，通过消费者推荐、商家自荐、实地体验等方式，寻找惊艳舌尖的安康好味道。

同时，活动主办方将遴选出由专家学者、网络红人、美食达人等组成的评审团，参与决定“美味安康·网红美食”终选入围名单。届时诚邀大家踊跃参与，积极投票，甄选出最具风味的安康舌尖地图，并给最终入选的店家颁发美食荣誉证书及网红打卡地名片。

活动从9月初开始，多角度、立体式、全方位向大众展示推荐安康的“网红美食”，借此促进安康美食融合发展，不断推陈出新，打造舌尖上的安康美食新名片。

心动不如行动，邀请你赶快报名，我们的活动将不定期举行，你也可加入美食陪审团，快快呼朋引伴，叫上你身边的美食达人们一起来参加吧！

欢迎添加“美味安康——网红美食”，你来打卡团微信号：13891585527

推荐菜品：石锅凉粉
推荐人：冯斌
推荐指数：★★★★★

他们这个石锅凉粉选用安康本地种植红薯磨制的粉面，用水稀释，起锅烧水，等水烧开后，把稀释好的红薯粉倒入锅中，顺着一个方向搅拌，等到搅拌浓稠、颜色变青，倒入托盘放凉，做成凉粉。然后把石锅加热，在烧油锅中放入小米椒圈、五花肉粒爆炒，加入豆瓣酱、火锅底料和少量清水，再倒入凉粉，调味加热，打入薄欠即可。石锅凉粉香辣可口、凉粉软糯、非常下饭，我每次来这里吃饭都要点这道菜。



推荐菜品：酸菜狮子头
推荐人：卜先霞
推荐指数：★★★★★

选用肥三瘦七的五花肉剁成肉馅儿，加入马蹄碎、香菇碎、葱姜末、胡椒粉、花椒面、料酒调味，打一个鸡蛋卷入其内，顺着一个方向搅拌上劲。然后起锅烧油，下葱姜蒜、干辣椒、把切好的酸菜倒进去炒香，加入适量的清水烧开。再一次把肉馅儿挤成直径为3厘米的丸子下入锅中，小火加热，等丸子都浮起来的时候，撒上葱花，装盘即可。酸菜狮子头通过多道工序，让酸菜融入丸子中，肉鲜味香，酸爽开胃，老少皆宜，适合当地人口味，喝酒的人喝点这个汤特别的舒服，我每次到这吃饭必点酸菜狮子头。



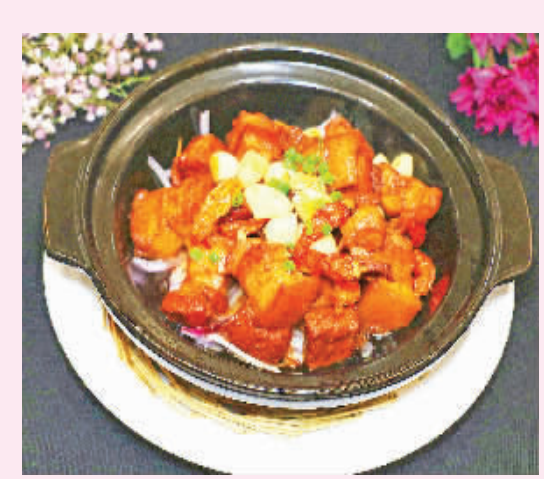
推荐菜品：小磨豆腐
推荐人：洪健
推荐指数：★★★★★

以石磨豆腐、小青菜为主要食材，制作时首先把豆腐捏碎，然后把青菜切成碎，在豆腐里面加入一个鸡蛋，搅拌均匀。起锅烧猪油下入蒜末炒香，倒入青菜、豆腐、炒熟，然后调味，在配上一小碟提前准备好的大蒜辣椒，吃着既有豆腐的醇香，又有青菜的清谈，营养价值也很较高，一下子就能够感受到小时候老家农村豆腐的美味，我和朋友们都特别爱吃。



推荐菜品：酱香红烧肉
推荐人：刘鸿
推荐指数：★★★★★

精选薄嫩五花肉，温水洗干净，在锅中加入清水，放入葱根、生姜、料酒去腥，煮25分钟后捞起，切大小相等的块儿。然后起锅烧油，放入葱根、生姜、桂皮、八角、香叶等香料炒香，再倒入五花肉煸炒，至表皮发黄，加入清水，倒入糖色调味儿，大火烧开，小火慢炖两个小时，收汁装盘即可。这个酱香红烧肉特点是肥而不腻、肉比较有弹性、口味儿酱香、微辣中带着微甜，入口即化，吃着特别舒服，我和亲戚朋友都爱吃这道菜。



“八仙桌子盖酒坛”，“四菜一汤”你往这看，金州农舍不算远，乐山亲水品佳宴。

“四菜一汤”是中国菜肴的一种传统形式，也是饮食文化的一种传承，随着数百年的演变与创新，“四菜一汤”已不再拘泥于形式与种类，更多的是美食匠人对菜肴品质与口味的探索。

这年头，带农的东西特别金贵，比如农家鸡、农家米、农家菜等等，城里人对这些物品念念不忘，好的就是那一口农家味儿，这些充满乡土气息的菜品往往与原生态和绿色健康融为一体。本期推荐的乡村农家菜，是金州农舍招牌的“四菜一汤”，用铁锅柴火熬出的大骨汤配着香脆可口的锅盔馍，农家自制的豆豉腐乳蒸肉，纯手工制作的农家豆腐，自酿的微醺米酒，以及时令蔬菜配上散养土鸡肉，成为人们难以忘怀的乡村美味。

订餐热线：15319861232
金州农舍地址：新城街道东西沟村一组（南环干道街心公园向南1.5公里）

推荐理由：由红苕蒸肉、豆豉蒸肉、腐乳蒸肉及三碟配菜组合而成的特色蒸碗一定是这里最精致的菜品，三种不同口味的蒸肉均采用上等五花肉和手工自制的豆豉腐乳等佐料，口感酥软，香味浓郁。这无关于乡恋与乡愁，仅采用最贴近乡土的烹饪方式，来完成这道最有家乡味儿的农家美食。

推荐菜品：特色蒸碗
推荐人：柯贤会
推荐指数：★★★★★



推荐理由：一盘色泽艳丽香气弥漫的乡村辣子鸡，是最为直白也是最为扎实的一道菜，采用了一整只农家散养土鸡为主料，与新农人们下乡收购的青红辣椒一起翻炒焖制而成，色、香、味俱佳，香而不腻、辣而不躁，肉的肌理在唇齿间散发着浓郁的香味，让人吃过一次便终生难忘。

推荐菜品：乡村土鸡
推荐人：李润甜
推荐指数：★★★★★



推荐理由：铁锅与干柴慢火熬制出的香浓的牛骨汤选用了黄牛身上最为精华的尾龙骨和肋骨，这两部位的牛肉肉量较多，含钙量高。据老板娘介绍，为保证熬出牛骨的精华，每天清晨5点就开始熬汤，熬足8个小时。除了一大块牛骨，还有生姜、红枣、杞子、巴戟、枸杞等，用料非常丰富，汤水给人一种新鲜的感觉，看起来并不油腻。一入口，浓郁的鲜香让味蕾瞬间苏醒，搭配着厚实的锅盔馍，满足感便油然而生。

推荐菜品：牛骨汤泡馍
推荐人：王子
推荐指数：★★★★★



推荐理由：在石磨上磨制而成的纯手工农家豆腐，看似简单，却蕴含着农村人与生俱来的淳朴和辛劳。从黄灿灿的豆子到白嫩的豆腐中间，经历了数十道烦琐的工艺，加工过程不揭豆油，不用豆渣，原浆点浆，原汁原味，营养丰富，吃起来滑嫩清香。

推荐菜品：农家豆腐
推荐人：陈雯
推荐指数：★★★★★



本期推荐：美味故事竹园店

本期推荐：金州农舍