“紫苏饮”长沙夏日最靓

廖美丽推出的紫苏桃子柠檬茶。小浣供图

任大猛

热，热，热。火热夏日，长沙美食谁是“最靓的崽”？长沙夏季美食该有怎样的热度？什么样的夏日美食让人垂涎欲滴？

“最靓的崽”竟是成长中的“紫苏饮”

关注长沙美食市场的湘菜大师罗继湘提示，今年夏天长沙美食一定要提到紫苏桃子姜。

自东瓜山紫苏桃子姜火爆以后，截至今年夏天，紫苏桃子姜转眼间在长沙四路子可见。水果夏天热销的天花板本是西瓜，但最近有人在微信中说，他感觉长沙夏天最热销的水果只怕已变成桃子，紫苏桃子姜今夏爆火了长沙，到处看到有人吃。

长沙网红名街潮宗街有家开在两家酒吧之间的“招华小吃”，因老板娘手工制作的紫苏桃子姜极好吃，成为这条潮人打卡景区里最红火的小吃摊，他们家卖剩下的紫苏水，最后都被隔壁两家酒吧的员工抢着喝。

北正街小浣熊虾店老板娘廖美丽告诉我，继紫苏桃子姜红火后，今年最火的还不是桃子，而是紫苏。长沙人甚至将紫苏中香气更浓郁，颜色全紫的紫苏称为“观音紫苏”，食客看菜举箸时专门选吃观音紫苏。

紫苏在今夏早已不仅仅只是口味虾、鳝鱼、鳜鱼等大小水产的美食“相料”。在长沙，紫苏更直接作为主料酿制成《梦华录》中风靡大宋、宋徽宗时代的“天下第一饮”——紫苏饮。廖美丽说，她们的小浣熊虾店受此灵感启发，早已直接推出紫苏桃子柠檬茶。吃虾时，喝上一杯用“纯阳之草”紫苏酿成的长沙特色茶饮，外地来长沙游玩的小仙女、小姐姐无比喜爱。随即，长沙市面也出现紫苏生姜饮、紫苏甘草柠檬茶、紫苏甘草红枣茶等等。

潮宗街出现过一位将紫苏桃子做进美式咖啡的“大神”夏冠男。2015年夏冠男在益阳开咖啡馆，做了两年后选择了离家最近的长沙从业。2019年夏冠男开始成立“罐子咖啡”，因夏的妻子是地道的长沙人。有一天妻子说起，想吃紫苏桃子，聊起来，要是有这个味道的咖啡应该还不错，夏冠男由此开始研发出了长沙奇特的紫苏咖啡，在2020年通泰街每天的紫苏都被夏冠男全部包了。因为咖啡是苦的，要加入刺激性的紫苏，为达到口感平衡，只能一杯杯尝试比例，最终夏冠男终于调制出口感是咖啡、桃子、紫苏都能喝到明显味道的罐子咖啡。此味罐子咖啡一经推出，一度也成为来长沙旅游的咖啡友人必须打卡的重要产品之一。不过，2023年夏冠男携一家三口去云南大理旅居，2024年夏冠男将长沙所有咖啡门店关闭，专心在云南大理做咖啡烘焙，他创制紫苏桃子罐子咖啡的故事至今仍在潮宗街一带流传。

紫苏饮品成为夏日长沙“最靓的崽”，仍然有巨大潜力可挖，很多外地来长沙的“特种兵”仍需要紫苏饮品满足他们的好奇心。

食刻长沙

扫码看制作方法

火宫殿总厨卿前亮现场制作路边荆煨叫鸡。长沙晚报全媒体记者 邹麟 摄

街头巷尾的网红坛子菜、凉菜

自1989年，原在五一广场的玉楼东推出凉菜夜宵后，凉菜成为长沙夏夜一极具江湖地位的存在。上世纪九十年代形成的学院街（文庙坪）凉菜一条街曾经享誉全城，因为拆迁，如今这条街仅剩下银港等数家凉菜店，昔日风光已不再，但越来越多的凉菜店在长沙各处街头出现。凡是认真经营的小店，即很容易成为长沙网红摊位，如曙光中路王公塘天润花园旁的长和陀记凉菜摊，摊子上凉拌刀豆、蕻子、洋姜等凉菜甚至可以秒空，鸭舌、鸭翅、腊猪肝等均受市民欢迎，其所经营的媛小胖手工美食早已成为网红美食。

好韵味益阳小吃的摊位摆在曙光中路公交新村网红米粉店南面、红花坡口子上，两个年轻人经营的小摊位经营凉面、绿豆沙等，但这家小摊的益阳泡菜得到部分食客特别关注，出演过《青春之歌》的著名影星谢芳的母亲是益阳人，他曾撰文称益阳泡菜是湖南最好的泡菜，这个摊位只是一小坛泡菜，也得一些人的欢迎。谈泡菜，湘西泡菜已占据长沙重要市场，在此季颇受关注。

伏日讲究吃伏鸡，还有老姜肉片汤

红苋菜、粉嘟嘟的冬瓜，绿油油的黄瓜、丝瓜、苦瓜、南瓜、莲藕、荸荠……在夏日菜场摆满一地。长沙起伏日必吃的伏鸡、伏羊、伏水鱼、伏肚丝仍是这个暑季伏天的重要食材。

长沙起伏旧时有“头伏鸡、二伏狗、三伏水鱼红枣仁”的说法，但这并不是固定的程式。长沙有的人家在起伏日，头伏二伏三伏均爱搞个老姜肉片汤。中山路天下客的老姜肉片汤，每到起伏日，即深受市民喜爱。当然有些商家在老姜肉片汤基础上加上云耳，以增值。据《谭延闿日记》载，谭延闿在1930年头伏二伏三伏，均吃羊。

一般市民家庭，伏日，更讲究吃伏鸡，具体来说，就是以路边荆煨叫鸡。叫鸡在长沙起伏那天的传统菜场，一大早，一只雄壮叫鸡100元，瞬间秒空。

长沙伏鸡在食材上有两大奇异之处：一是路边荆是一味根茎类草药，平日不见于餐桌，但在起伏前必大量出现在长沙传统菜场，出现在老长沙人的餐桌上。长沙人在起伏日必吃路边荆煨鸡，就是把路边荆这味草药在火上先熬煮出汁，据说路边荆汁有散寒驱热去湿等功效，因此长沙头伏吃食路边荆煨鸡具有民间药膳之效。

二是长沙伏日吃伏鸡，这鸡是至阳至刚的叫鸡。在鸡公煲未进长沙之前，长沙人平日极少吃叫鸡，惟有在伏日这天长沙人才吃叫鸡，这叫鸡像人们对辣度分微辣、中辣、猛辣一样，长沙把伏天叫鸡也分为巷子叫鸡、童子叫鸡、成年叫鸡三大类。巷子叫鸡指未开声叫鸡，有的甚至就是“线鸡”，即已经阉割了的小公鸡、童子鸡，指刚刚开声或未开声的小公鸡。长沙人吃叫鸡的机会在起头伏、二伏、三伏的当天，其他天并不吃，他们认为公鸡火太盛，是发物，同时讲究不时不食。

伏鸡，在炒制时，先下大量生姜爆炒，再加入已剁切成片成块的叫鸡块合炒猛炒，爆炒过程中一定喷入白酒，加入胡椒。最后将熬煮已久的路边荆汁放入炒鸡块中同煨，一味鲜香美味具药效的路边荆煨叫鸡就出锅了。

湘菜出湘，知味金陵

任大猛

今年这火辣辣的夏天，南方两座火炉城市，南京和长沙，滋味纠缠。有位在南京工作的小学同学在微信上对我说，长沙辣已到了南京。近来，湖南富丽华酒店富临美食在南京金陵饭店梅苑餐厅举行新派湘菜美食节，她吃到了久违的湘菜。她说味道好好啊。尤其她去吃的那天，正逢起伏，吃到红煨常德汉寿水鱼，感觉家乡长沙风物可亲……

湘菜出湘菜品。古月供图

干脆淋漓的长沙辣勾起乡愁

南京位处扬州与淮安之间，是品尝淮扬菜的绝佳去处。那位小学同学尝到长沙来的佳肴，自然兴奋异常，但她以她的生活经验告诉我，这一次并不是湘菜第一次进入南京。南京其实有很多祖辈为湖南的老乡。至少有两次带着湘菜佳肴进入过南京。第一次是在曾国荃攻破南京后，曾国藩带着湘军子弟坐镇南京之时。曾国藩在南京带去了湖南腊肉、盐干菜，他的随从更是背着一个装满干辣椒粉的竹筒，逢着鱼翅燕窝，先撒上一把干辣椒粉，让口味难改的曾国藩开心。

我的小学同学说，这次富临美食新派湘菜美食节，也带去了长沙干脆淋漓的长沙辣湖南味，当她夹起陈年剁椒水库鱼头中鱼眼眶旁最味美的豆瓣肉并蘸在鲜辣浓香的陈年剁椒汁中，送到嘴边吮吸，她说她高兴得要哭了，这就是地道长沙家乡的味道，好吃，更勾乡愁。

红煨常德汉寿水鱼，裙边肥糯，一吮粘唇。毛氏红烧肉，一口咬下去，浓郁酥烂。蓉园臭豆腐，一口咬下去，嘴角却留香。益阳腊鱼尾，嚼起来津津有味……各类特色湖湘菜肴味道均不错，保留了原汁原味，不像南京开的一些湘菜馆，在这里呆长了一段时间，味道总是发生些许说不清道不明的变化……

她也带去了她的女伴一起品美食。女伴一直想去长沙感受网红长沙的美食。这一次在南京金陵饭店梅苑餐厅吃到正宗的湘菜，令她特别急切想在8月份请公休假开启长沙舌尖上的旅程。长沙菜太好吃了。小学同学说到时她就在橘子洲头、五一商圈、黄兴南路步行街闲逛，寻找长沙最好吃的美食。特别是本次新派湘菜美食节没有带过去的长沙口味虾。

那只从南京跑到长沙的鸭子

据悉，此次“燃情湘味 悦享金陵”新派湘菜美食节将从7月10日一直举办到8月31日，贯穿了整个夏天。

小学同学说在南京的富临美食新派湘菜美食节上，首先上的是冷菜，爱美食的她尝到烧辣椒皮蛋、老长沙捆鸡、老长沙三角香干以及紫苏杨梅，涎津一下涌起，兴奋不已，她说美食很容易就调到了她的情绪。湘菜热炒上的浸辣椒炒鲜鲍片，鲍片可口鲜美，感觉有一点点甜，但她说她是头一次听说浸辣椒，是浸坛子辣椒不？岳阳姜辣鸡，姜香中有辣味，这是道地的岳阳美味，青椒肉炒鲜刺参吃起来很有快感。她还吃到了衡东小炒黄牛肉。肉质鲜美，她说她不由就想起黄兴南路步行街黄兴铜像旁好像有炊烟小炒黄牛肉，顿时她就想家了。永州隆回血鸭也是她的所爱，但她疑惑，永州和隆回并列在一起是怎么回事？大片湘西腊肉最让她开怀，吃肉的快感再加上美妙的腊味，这在南京是难得一遇的。

当上到油炸蓉园臭豆腐时，她说在美味之中，忽然想到长沙美食与南京的渊源。她忽然问我，长沙的臭豆腐是否是南京这边传去加以改良改造的，南京与长沙美食是否有渊源？就连长沙面馆粉铺中常说的带迅干、二排、免青实际上在南京的面馆，她也听到过。不过，她还是觉得“一只鸭也逃不出南京”的鸭子她已习以为常，这次在南京她品尝到的湖南永州来的血鸭是与南京完全不同的鸭味。我告诉她，其实南京还是跑出去了一只“鸭子”，那就是到了长沙的“徐长兴”的鸭子。晚清时期，姓徐的鸭子店老板摊上了“为人担保而惹发”的官司，最后徐老板跑到长沙来开鸭店名叫“徐长兴”，谭延闿认为长沙“徐长兴”的鸭子味道已超过了南京的鸭店。不过毕竟徐长兴的鸭子就是来自南京咯。

富丽华餐饮部负责人表示：“此次湖南富丽华酒店富临美食在南京推出的新派湘菜美食节，对促进淮扬菜与湖南美食文化交流与融合有积极意义，我们将湘菜推广到南京，向南京展示湘菜的魅力，同时我们也将会吸收南京美食和淮扬菜的精华。”

同城通 生活资讯全搜索 为您服务全天候 分类信息
QQ办理 微信办理 星收银(付款)
电 话:0731-82205305
Q Q:800083498
微 信:长沙同城通
刊登资讯不出门 手机平台服务您
公告类:60元/行 资讯类:50元/行 标题限9字以内(占2行) 正文13字/行 套红加收20% 套彩加收30%

公告声明

注销公告

湖南省中国国际旅行社有限公司澧洲营业部经股东会决议注销。请各债权人、合作商自本公告见报之日起45日内向本公司清算组申报债权。联系人：严海玉，电话：13974286198。所有债权债务与湖南省中国国际旅行社有限公司无关，特此声明。

遗失声明

湖南天辰建设有限责任有限公司遗失天翼花园项目经理部公章1枚，声明作废。

遗失声明

湖南海盟豪庭置业有限公司遗失由长沙市市场监督管理局于2022年1月12日核发的营业执照正、副本（统一社会信用代码：91430100MA4PWB9M94）；遗失公章2枚，合同章、法人（熊建国）私章、财务章各1枚及U盾，声明作废。

遗失声明

湖南域邦工程项目管理有限公司通道分公司不慎遗失开户许可证，核准号：J5683000589802，开户银行：邮政储蓄银行通道侗族自治县支行，现声明作废。

遗失声明

长沙市天心区薇咖娱乐中心遗失长沙市天心区市场监督管理局于2023年11月3日核发的小餐饮经营许可证，许可证编号：湘小餐饮0103015616（告知承诺制），声明作废。

下列证件声明作废

●父亲严杰与母亲刘思宇遗失儿子严若晨在望城区妇幼保健院办理的出生医学证明，编号：L430226831，声明作废。

●父亲李四军与母亲冯颖遗失女儿李慕凝的长沙县春华镇医院出生医学证明，编号：M430099667，声明作废。

●戴汀香遗失湖南省人民医院单位开具的湖南省医疗住院收据1份，号码：013727659，金额：18385.89元，声明作废。

●张振浩遗失371525200212080 31X号二代居民身份证，声明作废。

●刘继华遗失长沙恒大童世界旅游开发有限公司开具的恒大文化旅游城47栋2504房的专用收据（第二联），收据编号：CSTSJ0000723，金额：264358元，现声明作废。

●蒋石罗遗失长沙市第四医院住院收费票据3张，票据号0022127462，金额8198.97元；票据号0022068228，8172.04元；票据号0022072016，金额7455.79元；及航天医院住院收费票据1张，票据号0000275188，金额5473.73元，特此声明。