

1

觅食之旅从老友粉开启



■ 凶猛的灶火上腾挪跌宕地翻炒掂锅，人间烟火气逼人而来。

如果让南宁地胆推荐，他们基本上一致推荐舒记、天福香和仙池八珍几家粉店，前两者算老派的，仙池八珍算新派一点的，但粉的出品都不错。

老友粉的历史有近百年，以猛火爆香的蒜末、豆豉、辣椒、酸笋等为灵魂，酸辣开胃，可粉可面，口味也多种多样，以舒记为例，光是煮粉类就有15种口味，还没算伊面类和干捞类，选择困难症面对这一长串的××粉/面，估计想要撞墙的心都有了……

其实看仔细了，也并不十分为难，基本上以猪肉、牛肉、猪杂、牛杂加三鲜为主要配置，这样你就可以按自己的口味喜好下手了，所以说办法总比问题多，凡事需要抓重点、抓核心，找到了核心要素，剩下的事情就好办了。

七星路上的这家舒记是总店，店面不大，挤挤挨挨的，因为人实在多，24小时营业，24小时络绎不绝的人潮。

点好要吃的粉，把单子插在板子上，掌勺的大师傅按顺序一个一个来，我最喜欢的事情便是站在取餐窗口外边，目不转睛地看着大师傅在凶猛的灶火上腾挪跌宕地翻炒掂锅，那种逼人而来的气息简直令我着迷，老友粉还没吃到，视觉上先饕餮了一把。

本地人推荐试一下舒记的老友伊面，作为一枚内脏爱好者，虽然不甚狂热，但也不放过每一次机会，故此要了一份老友猪杂伊面，汤浓料足滋味美，满足。

此外如果你时间充裕，关键是“肚量”也充裕的话，南环路上的天福香生料老友粉以及靠近南环路的中山路上的仙池八珍面的老友粉都值得一试。

舒记粉店(七星路店)
地址:南宁市七星路46号



■ 老友猪杂伊面汤
浓料足滋味美。

2

清蒸泥丁那一口鲜美

泥丁这种物种，很多人往往跟沙虫搞混淆，虽然两者同属于星虫纲，但确确实实不是同一个东西。

不过要分辨它俩也并不难，主要看这几点，首先是看长度，沙虫略长，多在10厘米到20厘米左右，泥丁则多在10厘米左右，属于短胖型；第二看外观，沙虫有点像肠子，光滑不粗糙，泥丁像钉子，表面还有很多小凸起；第三生活环境不一样，其实从它俩的命名都可以大致判断出了，泥丁的生存环境多以滩涂泥地为主，沙虫则更挑剔一些，但它俩同样都不会生长在有污染的地方。

泥丁的主要产地广东在雷州半岛，广西



■ 鲜虾泥丁粥是两种不同的鲜。

■ 鲜掉眉毛的清蒸泥丁。



则在北海，但在南宁吃一顿清爽的泥丁粥和清蒸泥丁，也是不错的，于是就选了这家文化园里的北海妹。

人家其实是傍晚时分才开始营业的，晚饭宵夜直落那一种，打电话去订位，也算勉为其难。答应了中午过来也有得吃，于是偌大的餐厅只有我们这一桌，其它地方都黑漆漆的，连灯都没开——这毫不影响吃货对于美味的追求与向往，只要自己能及时赶上这一口，管它黑不黑漆漆的。

一大煲混着鲜虾的泥丁粥果然没让人失望，两种不同的鲜交织萦绕，粥水下肚，舒服！

然而好戏还在后头，简简单单的清蒸泥丁才是精华，鲜掉眉毛的节奏瞬间光盘，意犹未尽之余险些再叫一盘，不过转念一想，还是给美味留一些想象空间的好，莫要一次把瘾过足，人生，总是要充满希望和等待的嘛！

北海妹泥丁粥(内街店)

地址:南宁市东葛路内街文化园

逛吃南宁，安排

绿城南宁，也被称为“邕州”，据说这名字还是唐太宗给定的，到了元朝时取“南疆安宁”之意改称“南宁”，就此沿用至今。

从广州坐高铁，最快2小时40分钟就可以抵达南宁，这个城市除了风景，更为吸引人的是太多可以吃的地方以及可以吃的东西，挥之不去的标配之一是老友粉，广西人民对于粉的热情也是分地域的，桂林米粉、南宁老友粉、柳州螺蛳粉——不同城市不同粉，南宁除了老友粉，你还可以尝试北海的泥丁粥以及一“螺”统天下的路边摊，周末两天时间，光是吃，就安排得满满当当妥妥帖帖，还吃不完……

■ 新快报记者 陈斌 文/图

3

来南宁不撩螺？白来了！



■ 撩螺，也是吃南宁的标配之一。

■ 各种“螺”分庭抗礼。



来南宁有两件事必做，一是吃几碗靠谱地道的老友粉，二是撩一撩南宁的螺。

南宁人口中的“螺”，并不全都是螺，也包括部分贝壳类物种，做法也各不相同，煎炒烹炸、焖炖煮，十八般武艺样样来得。

共和路路口这家何五醉香螺，也算是老店了，店家的招牌上直接挂出了曾经采访报道过它家的各电视台名号，这种直白的营销手段屡试不爽，于是人满为患也成为它家标配。

点餐处有着被隔段分隔开的海鲜池，各种螺们分庭抗礼，就看你喜欢啥形状的了。

点好了要吃的螺们，露天坐在矮脚桌椅上的感

觉很穿越，颇有点回到上世纪八九十年代的宵夜摊档的即视感。南宁人民还很朴实的喜欢用那种普通的不锈钢盆，盛放食物或食物残渣，悉听尊便，简单，实际，有性格。

这家的粉也同样出彩，不过不一定是老友粉，螺蛳粉也不错，汤头很鲜。

撩好了螺，倘若你的“肚量”还有空间，那么旁边就是中山路美食街，作为一枚食客，这条街也是逛吃南宁的标配，关键看时间以及自我的承载空间……

何五醉香螺

地址:南宁市中山街道共和路1-2号

国家AAAA级旅游景区 中国十佳温泉度假酒店



扫描
关注我们



6月1日水世界盛大开园



商务会议



温泉美食



汽车特技



园林别墅



水上乐园



机动游戏



养生温泉



拓展基地



广东温泉会议之都
聚龙湾国际会展中心1号厅

3000平方米超大型无梁无柱会议室
可容纳2500人同时开会
还拥有23个大小不等的会议室