

味蕾时间

吃货的快乐  
一年四季!

本栏目由菜信商圈特约刊登



助力线下门店业绩倍增

# 藏匿在市场里的美食——芦庄市场打卡记



扫描  
二维码  
看更多详情

值得排队的美食,不一定都在餐厅里。一字排开的摊位,人来人往的人群,如果城市有生命,那菜市场里一定就藏着属于它的人间烟火。

熙熙攘攘的小巷里,往往成就了不少美食基地,想要品尝最为本土和地道的味道,去菜市场一定不会出错。价廉、味美,这是菜市场美食独有的标签。这一次小晚来到了芦庄市场,寻觅藏在这里的美食。

## 壹品馒头

壹品馒头,还没走进市场就被店门口排队的人群吸引住了。鲜汁肉包、香菇菜包、香辣粉丝包……光看名字就有被馋到。店里的工作人员介绍,馒头店每天五点就开门了,早餐时间是最为忙碌的。

前来买包子的顾客里,本地人喜欢吃菜包、肉包还有甜口的包子;而外地人则偏向于重口味的包子,比如老坛酸菜包之类。肉丁烧卖也是很多人喜欢的网红产品。

小晚看了一下,包子的价格都比较实惠,大约1.5-2元一个。蒸笼里的包子个头也挺大的,一个个看上去白嫩软绵,吸引力十足。



## 阿兵特色炸猪排

阿兵特色炸猪排,已经在菜市场里开了17年。超大块的猪排炸过之后又香又好看,28元/斤,周边的居民基本上都20元起买。除了炸猪排以外,店里还有很多油炸的美食,鸡排、鸡翅膀,最吸引小晚眼球的还是炸鸡腿了,价格真的便宜到我不敢相信,10元3只!很久没有看到这么便宜的鸡腿了。这家的鸡腿不仅价格便宜,每只个头都还很大,看着就让人直流口水。外皮



酥脆,内里的鸡腿肉香嫩爽滑,必须点个赞。

## 洪泽湖鱼丸店

洪泽湖鱼丸店,在市场里已经开了十几年。小晚不得不感叹下,不问不知道,一问才发现市场里不少店都开了起码十几年,很多店主都已经和顾客成了朋友。店里有香菇鱼丸、纯鱼丸、肉丸,还分油里炸过的和没炸过的。制作鱼丸的鱼肉都是每天现杀的草鱼肉,保证新鲜。

价格也比较适中,鱼丸都是18元/斤,肉丸子26元/斤,还有鱼肉做的蛋饺,22元/斤。很适合冬天买回家煮汤吃。



## 阿四百叶

阿四百叶,这家店是在阳阳牛肉店的旁边,小晚远远走过去就看到不断有市民前去购买豆制品,买得最多的竟然是油面筋。老板介绍,自家的豆腐、百叶、素鸡卖得都很好,其中百叶、素鸡、香干的价格都是6.5元/斤,南方豆腐和嫩豆腐的价格都是2.5元一块,而油面筋则是8元一大袋,5元一小袋。



## 阳阳牛肉店



阳阳牛肉店,开在芦庄市场里快三十年的老店。这家的牛肉是很有名的。老板娘介绍,每天的五香牛肉都是用新鲜的牛肉制作而成,采用几十年的老汤熬制,不加任何的添加剂。价格有点小贵,五香牛肉和盐水牛肉都是90元/斤。除此以外还有很多好吃的卤菜,酱鸡、酱鸭、猪舌、猪耳朵、海蜇头、虎皮凤爪……

其中酱翅膀超级推荐,又香又嫩,一般小晚因为怕油腻,是不吃鸡皮的,但是这只鸡翅被小晚完整地消灭了,因为它的鸡皮一点也不油腻,反而很香甜。不过不喜欢甜味的小伙伴需要谨慎尝试。

## 长发糕团店

长发糕团店,在芦庄市场里开了二十余年,周边居民都很认可的一家糕团店。笋干肉团、鲜肉团是3.5元/只,芝麻团、萝卜团、豆沙团、荠菜肉团都是3元/只。白糖年糕、红糖年糕是6元/斤,青糕7元/斤。

在这家店,小晚还看到了从小就很喜欢的彩色小圆子,8元/斤,



一斤正好一小塑料袋,买回家煮一煮当早饭不要太棒呀。

## 龙门飞蹄

在焦记爆鱼店的左边,与其他店比起来算是比较年轻的,刚开三四年左右。排队的人里三层外三层,小晚等了好久才算是挤进去。猪蹄一只只看上去油光发亮,顾客们排着队选好自己中意的猪蹄,老板娘会把猪蹄放进

一个盒子然后夹上号牌,等按顺序切好后再称重付钱就可以领回家了。

猪蹄是椒盐味的,可以按照个人喜欢选择撒孜然粉或者辣椒粉,35元/斤,一只猪蹄称下来大约50元左右。

## 秘制馄饨

小晚离得老远就看见了“秘制”两个字,瞬间被吸引上前,小馄饨看起来一个个粉嫩可爱,饺子也很漂亮,但是秘制体现在哪里呢?店里的阿姨听到小晚的疑问就从旁边拿出了一小

圆盒,她表示这就是这家馄饨店的秘密武器——酱料。酱料是自家熬制的,每一次都要花费七八个小时才可以制作出来,吃馄饨前把酱料加入汤里搅拌,非常好吃。

## 焦记爆鱼(鱼丸爆鱼店)

焦记爆鱼(鱼丸爆鱼店),在市场里开了20年,老板介绍,以前店门叫做扬州鱼丸,市场改造后才换了名字。小晚刚逛到的时候一群居民正围在店铺门前购买。大约九点多,装爆鱼的盘子就基本空了。油爆带鱼40元/斤,油爆草鱼35元/斤,椒盐带鱼48元/斤,小晚

在旁边观察的时候,一位居民大叔还不停给小晚安利说这家店铺的爆鱼好吃。

鱼丸爆鱼店的各类丸子卖得也很好,油炸鱼丸、香菇鱼丸、香菇肉丸、虾糕……所有都是15元/斤,可以混搭着用盆装好一起给老板称重。而且这里还可以加工鱼丸,加工费8元/斤,很划算。



## 扬州老鹅

在龙门飞蹄的对面,市场里一家专门只卖老鹅的店。老板娘介绍,自家的老鹅都是在前一天下午现杀,然后到半夜就会起来烧鹅,每天杀多少,就卖多少,非常新鲜。活杀现烧的老鹅口感很好,肉吃起来很嫩、很鲜,不会柴,一般早上九点半左右,老鹅就会被卖光了。小晚到的时候大约九点刚过几分钟,店里就只剩下一点鹅翅膀了。

店里的鹅分成鹅肉、鹅脚、鹅翅膀、鹅肝等不同部位出售,鹅肉32元/斤,鹅翅膀、鹅脚是38元/斤,鹅肝60元/斤。购买的时候会送原汤,回家和老鹅一起煮汤吃也非常棒。



## 袁记云饺

袁记云饺,种草很久的饺子店,既然路过了一定要看一看。大概是因为工作日,没有什么人排队。透过玻璃窗可以看到里面有一位大叔正在现包饺子和云吞。

芹菜鲜肉饺、香菇木耳肉饺、冬菇马蹄肉云吞……口味很丰富。蟹仔虾仁云吞是招牌,看得见的蟹仁和蟹仔,个头很大,馅料超足。(张颖/文、摄)