



骄阳渐近暑徘徊，一夜生阴夏九来。6月21日我们即将迎来夏至，和冬至一样，这都是属于民间的重要节日，而民间重要节日往往又与吃离不开。北方素有“冬至饺子夏至面”的说法，而南方则是“夏至馄饨冬至团”，这也体现了南北的饮食差异。作为江南水乡的无锡，自然是归属吃馄饨的习俗。馄饨是饺子的近亲，却透着江南的灵秀与精致，以往无锡的主妇若是连馄饨都不会裹，是要被邻里笑话的。

馄饨的历史悠久，古称“有如鸡卵，颇似天地浑沌之象”，取混沌之意，相传吃了馄饨可得聪明，这也难怪无锡如此人杰地灵。夏至这天，小孩子们吃过馄饨，称过体重，也寓意体重增加更健康。另外，无锡老话说：“夏至吃馄饨，热天不疰夏。”夏至吃馄饨于是又包含着一种祈求平安度夏的良好愿望。

相比川渝大地上遍地的火锅串串店，无锡则是清一色的馄饨小笼店，这便可见无锡人对于馄饨的情有独钟。今天小晚就带你一起寻找藏在街头小巷里，或亲切、或味美、或创意的一碗馄饨。

夏至将至，一碗馄饨裹安康

菜场里生馄饨的生意经

在稻香市场里开了家小茶婆生馄饨店，就在林氏酒酿旁。专门做手工现包生馄饨，各种馅儿的大小馄饨都有出售。透明橱窗展示现包过程，让人吃得放心。小馄饨是论盒卖的，大馄饨是按斤称的。

5元一盒的泡泡小馄饨，一份大概有16个左右，会配给调料包、紫菜和豆腐干丝，非常划算。大馄饨会分口味分装，皮薄馅大，满足了不喜欢流水线产品但又想在家吃馄饨的小晚，拿回家煮好的大馄饨表面泛着油花，吃着有属于妈妈手工的味道。眼巴巴看着沸水里的馄饨来回翻滚，耐心等待着一个个“白胖子”浮出水面，再咕嘟咕嘟煮一会儿，就可以捞起装碗啦。记得要提前在碗里拌好属于自己味蕾密码的秘制酱料哦。

地址：稻香路稻香市场林氏酒酿旁

新村旁从小吃到的馄饨店

胖妹馄饨，在无锡开了很多年，是不少无锡人从小吃到的回忆。门店很不起眼，在塘南路边，被一排绿植遮挡住了，但挡不住她家“粉丝们”的热情。走进店里，几个胖阿姨包馄饨的包馄饨，收银的收银，收拾桌子的收拾桌子，忙得团团转，时不时互相喊上几句无锡话，别有一番市井味道，让人感觉很亲切。老板娘胖妹每天都在店里招呼客人，爽朗又热情。

馄饨都是每天现包的，四种馅儿，

馅料创新的“网红”馄饨



五一七馄饨店开在市中心恒隆广场对面，老新华书店旁边。店面不大，装修简洁，白墙绿漆的怀旧风，干净舒适。各种口味的馄饨和小吃、饮料价

三种吃法：红汤、白汤和拌馄饨。馄饨个头都超大，吃得出实实在在的馅儿，很多客人都夸赞这里包的馄饨最像自己家里包的。小晚最喜欢的是韭菜馅儿的大馄饨，满口鲜香，这么大个头的馄饨，小晚吃了7个就基本撑了，特别适合胃口大的小伙伴来打卡。

需要注意的是胖妹馄饨每天6点开始营业，下午3点就关门啦，想吃的小伙伴要关注下时间哦。

地址：塘南路井亭新村斜对面

格都写在小黑板上，一目了然。

招牌藤椒虾仁大馄饨，不似传统老法头的馄饨，而是有新意地加入了藤椒和整只的大虾仁，包的和家里一样大只。值得一提的是这个拌馄饨的料，非常创新地加入了脆黄豆和干辣椒粉，吃起来有种四川抄手的错觉，干辣椒粉让整体口味更加香。他家还有各种小吃也可一试，比如贵妃丸子是小时候吃过的糯米猪肉肉圆，里面还加入了咸蛋黄，让人满足。

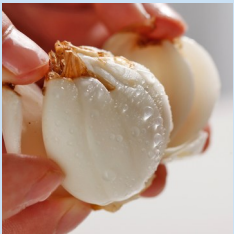
地址：健康路28号-4（亚梨）

一口一口吃掉“苦夏”

现在全国很多地区已经迎来“苦夏”，在烈日的关照下，每一天都热得吃不下饭。在这样的日子，最开心的要数wifi、空调、西瓜，但是夏天不能太贪凉，否则我们的肠胃就要“遭殃了”。另外，长时间生活在湿热环境中，容易加重湿气，导致全身无力。今天，小晚就给大家带来一些优质食材，既有消暑神器，又是祛湿能手，你一定用得到！



详见「小晚优选」商城
扫描二维码



兰州六年生四头皇鲜百合

(买2斤优惠10元)

小晚价：

四头皇1斤普通装(16个) 35元

四头皇2斤普通装(32个) 60元



正安国货铺 即食莲子脆

去芯100克/袋

小晚价：香甜型 32元

无糖型 32元

香甜型+无糖型各1袋 60元



新鲜苦瓜 5斤

顺丰配送

小晚价：29.9元



云南老冰糖

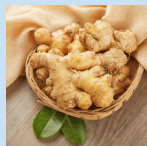
传统甘蔗熬制
甜而不腻 清甜润口

小晚价：

200克/袋 12.9元

500克/罐 28.9元

500克/罐*2 49.9元



云南小黄姜

现挖现发嫩姜 农家自种土姜老姜

小晚价：

1斤尝鲜装 15.9元

3斤装 30元

5斤装 45元



怀府街正宗怀菊花

河南焦作特产冰菊黄菊花 40克/罐

小晚价：

单罐装 45元

双罐装 80元



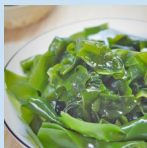
广西长粒赤小豆

可煮赤豆薏米水 420g/袋

小晚价：

1袋 15.8元

2袋 26.8元



裙带菜+海带结

凉拌煲汤均可 80克/袋

小晚价：

裙带菜2袋 29.9元

海带结2袋 29.9元

裙带菜+海带结各2袋 49.9元



湖南酱板鸭

正宗香料卤制 常德一绝

300克/只(两只立减10元)

小晚价：

微辣 58元

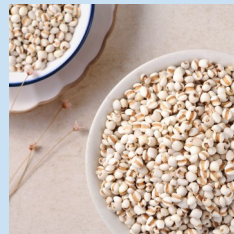
特辣 58元



东北绿豆1kg

(加送小粒冰糖200g)

小晚价：25.8元



东北有机薏仁米900g

杂粮粗粮 真空包装

小晚价：45元