

# “诗画浙江 百县千碗”乐清十碗评选活动总决赛举办 “十大碗”“十小碗”“十小吃”体现经典乐清味道

乐清湾蛸蚌、雁荡山香鱼、石斛老鸭煲……一道道菜品上桌，一个个关于“家”的味蕾记忆被唤醒。近日，“诗画浙江 百县千碗”乐清十碗评选活动总决赛举办，100余道来自乐清各地、颇具本土特色的菜肴依次上桌，专业评委和大众评委分别针对“口味、质地、色泽、造型、营养卫生、乐清特色以及大众性”等标准进行评分，代表乐清味道的“十大碗”“十小碗”“十小吃”名单出炉。



“诗画浙江·百县千碗”工程是浙江省大花园建设“五养”工程的重要内容，是助推文化和旅游“双万亿”产业高质量发展、更好地满足广大群众对美好生活的需要的重要抓手。乐清颇具特色的山海资源和悠远绵长的历史轨迹，孕育了这里丰富的饮食文化，各菜品层出不穷。为了更好地挖掘乐清美食资源，弘扬乐清美食文化，今年，乐清举办了“诗画浙江 百县千碗”乐清十碗评选活动。

活动吸引了全市各餐饮单位及美食烹饪爱好者的踊跃参与，共有238道菜品参选。经海选、决赛，共评选出代表乐清十碗的热菜30道、小吃20道、冷菜10道，并从中评选出乐清“十大碗”“十小碗”“十小吃”。

“与海选时相比，一些菜品在选材上有所改变，口味有所提升，摆盘更加精美，这是个评选活动，也是个交流提升的平台。”活动专业评委之一、中国烹饪大师金晓阳说。此次“十碗”评选活动和特色宴席展示，不仅挖掘了众多乐清美食，更是在菜品的文化内涵、底蕴上深入挖掘，使活动内涵得到延伸，对推广地方文化、促进特色食材和产品产业化等有推动作用。

“‘十碗’评选活动，对传承和创新乐清地域特色菜肴、弘扬优秀传统文化、促进文旅融合、提高市民的幸福感和获得感都具有积极意义。”活动专业评委之一、乐清市社会科学界联合会名誉主席项宏志说。

乐清市文化和广电旅游体育局相关负责人表示，下一步，将进一步加大宣传力度，在全市范围内培育、认定一批美食消费体验馆，有序推进“百县千碗 乐清十碗”进饭店、进景区、进学校、进机关食堂、进高速服务区等场所，努力将“乐清十碗”打造成为深入人心、自带流量的城市金名片，进一步推动乐清文旅融合发展。

此次评选活动由乐清市政府主办，乐清市文化和广电旅游体育局、乐清市商务局、乐清市融媒体中心承办，乐清市饭店餐饮烹饪行业协会协办。

## 乐清市“诗画浙江·百县千碗” 十大碗热菜

乐清湾蛸蚌	石斛老鸭煲
雁荡山香鱼	鮑汁鱼皮
家常鲜肉丸	葱油七里港子梅鱼
牡蛎丸	特色小黄牛肉
话梅蹄膀	网潮烧跳鱼

## 乐清市“诗画浙江·百县千碗” 十冷盘

跳鱼松	葱烤鲫鱼
乐清八大碗	泥螺
鸡鹏包	虹桥蟹糊
灰鹅	满头盘
儿时猪肝	蟹鱼卷

## 乐清市“诗画浙江·百县千碗” 十小吃

清江三鲜面	鸡灯丸
白象公记香糕	箬叶琼香五珍糯米酒饭
芙蓉麦饼	番薯黄夹
鹅头颈	乐清炒粉干
高阳馄饨	蒜荔果铁皮石斛冻



## 乐清市“诗画浙江·百县千碗” 十大碗热菜精选

### 菜名：乐清湾蛸蚌

相关介绍：蛸蚌是生活在海洋与淡水间的一种螃蟹，非常滋补，乐清湾是蛸蚌的优质产地。



### 菜名：雁荡山香鱼

相关介绍：雁荡香鱼，闻名遐迩，至今留有不少轶闻。清朝道光年间，两江总督梁章钜解印后，以七旬晋四高龄遍游雁荡山时，闻香鱼之名，久寻不得。乐清县令蔡子树为其作向导时，深知梁翁想念香鱼，设法觅得香鱼干，送到温州献给这位父亲的恩师，并呈诗两首。诗生动地描述了雁荡香鱼的俗名、生长情况、捕捉和焙制方法以及色、香、味、形等特点。老大师喜得香鱼，喜读咏物诗，称之为“清新可喜”，将诗收录于其所著的《雁荡诗话》中。



### 菜名：牡蛎丸

相关介绍：牡蛎入饌历史悠久，到宋代时，乐清牡蛎开始盛行抛石养殖。南宋乐清状元王十朋有诗曰：“珠屿小蛸圆带石，箸焦巨房深若杯。”乐清清江镇是“牡蛎之乡”，盛产牡蛎，牡蛎的做法有凉拌生吃、蒜蓉、干蒸、炒蛋、炭烤及牡蛎丸等，牡蛎丸一般做汤，汤味不逊色于鱼丸汤或敲鱼汤。



### 菜名：话梅蹄膀

相关介绍：蹄膀作为经久不衰的场面菜，一直未被酒席淘汰，不管从饮食文化角度看，还是从食客接受程度看，都有其存在的原因。厨师们也没有在蹄膀的烧制上故步自封。蹄膀加话梅，厨师讲求的是话梅炖肉更软烂，让蹄膀有更好的口感。



### 菜名：石斛老鸭煲

相关介绍：道家典籍《道藏》记载，铁皮石斛名列“中华九大仙草之首”。在民间，铁皮枫斗广有赞誉。乐清市雁荡、大荆山区特殊的地理环境非常适合石斛生长，自古有许多以采药为生的药农生活于此。2011年列入第五批乐清市级非物质文化遗产名录。石斛微寒味甘，鸭子肉较为清凉降燥，但又营养丰富，结合了两者的石斛老鸭汤，汤水清而不淡，补而不燥。



### 菜名：网潮烧跳鱼

相关介绍：乐清东临乐清湾，所谓“靠海吃海”，出海打渔是古时很多乐清人的主要营生方式，跳鱼和网潮都是乐清湾赠予乐清人的美味。出海的渔人中餐大多是在渔船上吃的，为了方便，就会把捕获的跳鱼、网潮混合在一起煮食，两鲜相叠味道更为鲜美，相应的制作方法也就一直流传至今。



## 乐清市“诗画浙江·百县千碗”十冷盘精选

### 菜名：跳鱼松

相关介绍：鱼松、肉松等的加工方法，历来是冷藏条件缺乏时期的变通食物保存手段之一。作为鱼松类的菜品，跳鱼松因其鲜美，一直受到食客的追捧。



### 菜名：乐清八大碗

相关介绍：民间酒桌上，冷盘不可少，可作前菜让食客开胃。冷菜一般都以双数上桌，四盘起跳，六、八、十盘看人数而定，选材则是干货、咸货为主，再搭配应季的食材。



### 菜名：鸡鹏包

相关介绍：鸡鹏包是一道本地特色做法与民间传统文化相结合的菜肴。菜品选用一年以上的本地公鸡加上本地猪肉，精心熬制。直接食用或打包走亲访友，都不会改变肉质的“Q弹”鲜嫩。



### 菜名：灰鹅

相关介绍：磐石镇以养鹅为生计的人家有许多。熏灰鹅的技艺经过数百年的传承，成了一代又一代乐清人的美食记忆。



## 乐清市“诗画浙江·百县千碗”十小吃精选

### 菜名：清江三鲜面

相关介绍：相传第一碗清江三鲜面出自乐清清江镇孙国花之手。清江临海，那个年代海鲜便宜，所以就在面里放入各种海鲜，没想到味道很好，于是成就了现在的清江三鲜面，清江镇颇为知名的三鲜面店即为孙国花清江三鲜面。为什么清江三鲜面会这么好？大家认为，是因为这本地的海鲜从口感上来说肉质更爽滑一些，“一方水土养育一方人”。现在孙国花开在乐清其他镇上的店，其海鲜食材也统统都是从清江这边每天一大早送过去的。关于清江三鲜面的另一种起源说法大致同上述相似，当时农村经济条件不好，但是清江因为临海，当地人家海鲜比较多，所以自家来客人了，就会煮碗面，加入各种海鲜，久而久之就成了“清江三鲜面”。



### 菜名：白象公记香糕

相关介绍：白象公记香糕，于1855年由章志卿等人首创，至今近170年历史。香糕也称状元糕，松香可口、软糯香甜、营养丰富、老少咸宜，深受顾客喜爱。



### 菜名：箬叶琼香五珍糯米酒饭

相关介绍：黄酒糯米酒饭是用花雕酒、新糯米为底料，搭上箬竹叶以及葡萄干、桂花、核桃仁等制成的，在让食客回味无穷的同时，也能品尝美味。



### 菜名：乐清炒粉干

相关介绍：相传乐清粉干已有800多年的历史，是温州非遗传承项目之一。粉干是温州人喜欢吃的主食和点心之一，沙香粉干选用中雁荡山的水和优质大米，用山水浸润、发酵、蒸粉、上淘、压粉干、出粉干，然后醒粉、干后定型晾晒，属纯手工传统工艺制作，味道鲜美，口感嚼劲，让人吃了流连忘返。