

南京重阳吃什么？ 这三样可是少不了的！



转眼一年，又是重阳。
10月28日重阳节，在南京过重阳节，除了扫墓祭祖，带上一家人出去登高望远一番也是必不可少的，但重阳节吃什么，相信不少人还没有规划好吧？
今天，酒食客就和大家说说南京人重阳节该吃的三样传统美食，让大家在秋日里缅怀故人的同时，再多上一份人情与温暖。

羊肉

“羊”“阳”谐音，应重阳之典

重阳节吃羊肉面最早是北方传来的习惯。“羊”与“阳”谐音，应重阳之典。面要吃白面，“白”是“百”字去掉顶上的“一”，有一百减一为九十九的寓意，以应“九九”之典。

南京秋冬季温度变化很快，像羊肉面这样的食物，简单、暖胃，刚好符合南京人的需要。现在南京的羊肉面馆已经遍布大街小巷。特别是秋冬季节，走几步就能看到一家，热腾腾的香气从店中散发出来，非常诱人，带着家人一起在面馆里大快朵颐，是一件很开心的事情。

凤凰西街有一家老苏州藏书羊肉汤馆，“藏书羊肉”是苏州木渎镇藏书办事处的传统小吃。藏书人烧羊肉有个与众不同的地方，就是把羊肉放在木桶锅里烧煮，所以烧出来的味道特别鲜美。重阳节想尝一尝藏书羊肉的滋味？去他们家点一份红烧羊肉面，或者直接上一盆羊蝎子火锅就好啦。

螃蟹

“佳节入重阳，持螯切嫩姜”

《红楼梦》里的林黛玉说“对斯佳品酬佳节”，薛宝钗说“长安涎口盼重阳”，这二位的话告诉我们，起码在清代，螃蟹已经成了重阳佳节不可或缺的食物。

不光在南京，大闸蟹在南方地区，特别是江浙一带非常盛行。据记载，苏州、扬州、杭州、芜湖、南京、北京、长沙等地，一到重阳，除了居民自家吃蟹之外，还会亲朋相邀，文人雅集，吃蟹赏菊。

说起螃蟹，南京人一般都会买大闸蟹自己回家做。不过既是重阳，出去一边看看美景，一边吃上一顿大闸蟹，也是件不错的美事。位于百家湖旁的湖滨江鲜是个不错的地方，1912的格调自不用提，在环境雅致的包间里和家人看着湖景，等固城湖的螃蟹端上桌来，这种别样的吃蟹方式，想必不少年轻人都会喜欢吧？

花糕

重阳节敬老，登高吃花糕

重阳吃花糕始于西汉，当时称为“蓬饵”，亦即黍糕。到宋代，重阳节吃花糕之风大盛，一直流传至今。重阳节吃花糕的起因源于重阳登高习俗。

有山的地方可爬山登高，没空爬山的话，就想法找弥补和替代的办法，因“糕”与“高”谐音，就出现了吃花糕的习俗。重阳糕多用米粉、果料等做原料，有些重阳糕，还要加入枣子、栗子为馅料，这也是南京特色，在南京重阳糕又叫早立糕，蕴含着老人对子女“早点自立”的祝福。

当然啦，如果我没猜错的话，说到“南京，花糕”这两个词的时候，大部分人想到的应该不是重阳糕，而是另一个东西……

没错，就是梅花糕啦！位于马台街的左师傅梅花糕可以说是南京梅花糕界的网红了，这家老牌梅花糕的豆沙特别细，香味也很浓，老远就能闻到，另外他们家的花糕品种也很多，豆沙梅花糕、水果梅花糕、紫薯梅花糕、红豆梅花糕、黑芝麻梅花糕等等，反正你想得到的花糕，他家基本都有。



天冷手脚易冰凉，来碗老母鸡汤补一补

散养老母鸡



108元/只

规格:净重约3斤



市场上的鸡鱼目混杂，想喝一碗香滑的鸡汤，首先必须把鸡选好，而老母鸡，则是煲汤的优选。

如何挑选正宗的老母鸡，请大家认准以下几点：毛色油亮，扒开厚毛，不见小而杂的细毛；皮色泛黄，可从皮外隐约看到内里的脂肪；摸鸡肚子下方，有明显积油；鸡爪相对较细，鳞片粗糙；宰杀后，可以看到又黄又多的油块，普通母鸡油块少而发白。

即日起快报电商推出正宗散养六合老母鸡，免去您挑选的烦恼。六合老母鸡林地散养一年以上，不喂食任何人工饲料，不打任何药物催长，自由啄食，吃的是野生昆虫、草籽、牧草和农家原粮，喝的是山泉水，肉质自然比普通鸡更鲜美。

老母鸡含有的营养易被人体吸收，通常用于炖煮熬汤，汤鲜味浓，美味营养。

每周三配送，当日凌晨宰杀，全程冷链到南京，12小时美味到舌尖。

莱阳梨膏，美味无添加



特惠价：
59元/瓶 (260克)
198元/箱 (4瓶) (买一箱即送120克梨膏糖一盒)

将十多斤甚至二十斤的梨，浓缩成一斤温润的梨膏，需经九滤九炼，过滤掉梨渣和梨肉，分层次保护莱阳梨的营养，梨膏每滤一次，对温度和时间的要求都不一样，需随时监测梨膏中的微量元素，调整熬膏的温度和时间。收膏以后要进行专业灭菌，确保每一瓶梨膏都是安全合格的。莱阳梨膏属于纯莱阳梨熬制，不加糖、无色素、无任何防腐剂，甚至一滴水都不添加，没有任何副作用，适合长期饮用。

正宗文山三七



特惠 299元/斤

洪武北路55号置地广场1812室 提供现场看货，免费打粉服务

咨询热线: 025-96060

柴达木野生黑枸杞 当季新品



1.58元/克

规格:100克/瓶



更多商品更多优惠 请扫描二维码关注 特供优品电商平台 广告

生鲜产品源头直发，预订后一周内发货 订购电话:025-96060/84783555

蒲江黄心猕猴桃

(单果个大,100克~110克)



78元/盒

规格:约5斤,24个

迁西板栗



59元/袋

规格:3斤/袋

云南红皮小土豆



39元/箱

规格:8斤/箱



统一刊号 CN32-0104 邮发代号 27-67

主办 江苏凤凰出版传媒集团 出版 江苏现代快报传媒有限公司

地址 南京市洪武北路55号置地广场 邮编 210005

网址 现代快报网 www.xdkb.net 传真 025-84783504

24小时新闻热线 025-96060 本报员工道德监督电话 025-84783501

今日总值班 吴明明 封面叠主编 王磊

头版责编 谷伟 版式总监 沈明