



美食荟萃 惊艳味蕾

当五台山的清泉流云遇见川湘的奔放、融合了巧思与烹饪的魔法，一场颠覆想象的味觉游戏正在进行——酱醋点睛的活鱼，在滚烫的油醋交响中跃动鲜甜；吸满汤汁的金丝面，裹着卤香肘子焖出劲道口感；双椒狂想的鱼头，演奏起山泉与剁椒的炽热交响；素斋菜品“水煮鱼”，以全素食材打造麻辣盛宴；复刻荤味的“锅巴牛肉”，在鲜香酥脆间突破味觉认知；汾酒陈醋点化的雪花牛肋，是技艺与味觉的双重盛宴……五台山的另一面，是沸腾的锅气，是滋滋作响的热油，是食材在跨界融合中完成的华丽蜕变。跟随这缕酸香热辣，一起开启一场酣畅淋漓、打破陈规的舌尖魔幻之旅吧！



满江红水煮鱼

双椒鱼头



锅巴牛肉丁

舌尖上的家乡风味：
肘子土豆焖金丝面

清晨，五台山景区杨柏峪村的乡巴佬地方菜馆里，师傅们已经忙得热火朝天，切菜、拌菜、卤菜……老板杜存光经营 22 年，根据当地人口味自创肘子土豆焖金丝面这道地方菜。

此菜讲究卤肘子，先烤后炸再卤，让肘子软烂入味，肥而不腻。金丝面，一种玉米面做成的粗粮，是五台山餐桌上的“常客”。土豆和肘子切块翻炒后，与炒香的金丝面一同倒入高压锅焖制，撒上葱花即成。出锅后，土豆绵密，肘子鲜嫩，金丝面与酱汁融合，口感独特。餐馆常食客爆满。

山西太原游客王先生评价：
“这个店我们几乎是每年都来，菜品丰盛，在当地很有特色。”



+



+



=



汾酒陈醋雪花牛肋条

活鱼现烹 酱醋点睛：
酱醋鱼

正午的五台山，一缕酸香引得游客寻至“鸿磐酱醋鱼店”。只听“滋啦”一声，琥珀色的醋汁撞进热油，腾起的酸雾里顿时迸出葱姜的辛香。该店供应商清晨捞取活鲤鱼，两小时内送至后厨。厨师熟练处理，猛火起锅，用胡麻油、葱姜等调料烹出浓郁辛香，再加入老陈醋等调汤汁，先大火烧开再转成小火慢炖，收汁后摆盘，撒葱花和辣椒圈。

这道酱醋鱼酸甜开胃，肉质细嫩，浸透酱醋精华——老陈醋特有的谷物焦香在口腔中萦绕，带着淡淡回甘，深受游客喜爱。

大连游客张女士评价：
“我很早就听说五台山酱醋鱼很有名，今天特意来品尝。它摆盘好看，味道鲜美。希望酱醋鱼能火遍全国乃至全世界！”

食 材：



山野之间的热辣狂想：
双椒鱼头

五台山景区内，一道融合了山野灵气与人间烟火的热辣狂想悄然诞生——双椒鱼头。

精选一级水源地 2 斤重花鲢鱼头，经十八道刀痕处理便于入味，配以秘制双椒酱，酱料由姜蒜、小米辣、黄椒酱等制成，酱料搅拌均匀后倒入锅中，热油激发出辛香后调味。处理好的鱼头倒入蒸鱼豉油，撒上秘制增鲜粉，青红双椒如锦缎覆盖，最后放入蒸箱。蒸笼里腾起的热气，裹挟着山泉水的清冽与剁椒的热烈，在十五分钟内完成一场味觉涅槃。鱼头吃至半酣，筋道手抻面浸入汤汁，成就“鱼面双绝”。

吕梁游客高先生评价：
“在景区能吃上这么正宗的湖南菜真挺意外的！辣得过瘾！吃得完美！”

一盏匠心传承素食经典美味：
锅巴牛肉丁

在五台山景区，25 年素斋老店“一盏明灯全素斋”正以匠心重塑素食体验。

招牌菜锅巴牛肉丁，以优质大豆蛋白制成的素牛排为主角，搭配现炸黄金锅巴，佐以素火腿丁、香芹粒等，再以泰椒和杭椒提味。口感酥脆劲道、咸鲜微辣，复刻荤食口感。

制作时，精糯米锅巴经多道工序变得金黄酥脆，时蔬切丁翻炒后盛入锅巴筒。随着炒丁的填入，锅巴筒渐渐变得饱满，一道集酥脆、鲜香、软嫩于一身的招牌素食就此完成。

江苏游客袁先生评价：
“作为素食爱好者，我慕名而来。这道菜用植物蛋白替代动物蛋白，整体菜品五色俱全。咱们吃美食讲究色香味，光这诱人的色彩就把我吸引住了，所以我特意点了它。”



肘子土豆焖金丝面

魔法料理：
汾酒陈醋雪花牛肋条

“五台山栖霞阁”迎宾馆的汾酒陈醋雪花牛肋条，为食客带来一场味蕾魔幻之旅。

这道菜将汾酒、陈醋与雪花牛肋条结合，初尝酸甜，包裹着肉汁的牛肉一嚼即化，与醇香的油脂融合得恰到好处。汾酒和陈醋酯化后的芳香带来美妙口感，清爽开胃又低卡少油。主料有雪花牛肋条、藜麦等，调味料丰富。

制作时，牛肋条飞水、切条、炒制后放入高压锅，配菜煮熟，最后用秘制料汁收汁勾芡出锅。其关键自然是秘制料汁的调味，烹饪中所用的秘制料汁是将糖、盐、53 度汾酒、3.5 度老陈醋、生抽等按一定比例调和所制，秘制料汁比例不同口味有别。该菜经多年改良，选用优质食材，酸度调整后获客人认可，还在烹饪大赛中获多项荣誉。

游客周女士评价：
“治愈的美食背后都是厨师的匠心独运！这道菜的烹饪是技艺和美的完美交融，吃得我直呼过瘾！”



酱醋鱼

策划:赵富杰 李春平
文字:赵丹琦 王 丹
张睿睿 宫欣
设计:马 瑞

一道“离经叛道”的素斋菜品：
满江红水煮鱼

五台山石咀镇的正觉全素斋，以一道“离经叛道”的满江红水煮鱼惊艳食客。这道菜将川菜经典与素斋、晋菜融合，以全素食材打造麻辣盛宴。

素鱼片薄如蝉翼，弹牙嫩滑；魔芋制成的素魷鱼脆弹低脂；素三杯鸡鲜甜浓郁，由大豆蛋白重构后制作而成。配菜精选白玉菇、土豆粉等时令山珍。汤底以八角、花椒等爆香，加入秘制酱料熬制，麻辣醇厚。最后淋上的热油，以菜籽油与干辣椒低温慢炸提炼出“糊辣香”。滋滋作响的热油泼在暖色的素鱼片上，红亮的辣子、馥郁的花椒瞬间被激发出浓郁香气。

游客刘女士评价：
“这道满江红水煮鱼太绝啦！完全颠覆我对川菜和素斋的印象。夹一筷子热乎的素鱼片入口，微辣咸香、麻中透鲜，太赞啦！”