



冬日的“食”光 暖意

□ 记者 蒋雯

喜欢冬天的理由，可以有很多，而对于吃货们来说，吃着冒热气的食物，整个冬天仿佛都洋溢着温暖的味道。正应了那句：“唯有美食暖人心。”

一碗羊汤 治愈整个冬天

羊肉往往被视作如应季蔬菜水果般的存在，有人爱它独特味道，也有人敬而远之，但一到冬季，又让人不约而同地想起。冬日里，一碗热乎乎的羊汤下肚，从头到脚瞬间充满暖意。

通常，原味羊汤爱好者会选择一碗滚烫的藏书羊肉汤。下班后，位于人民中路的藏书羊肉店内挤满了人，纯白的汤汁、鲜嫩的羊肉，一碗汤，便能勾起“五脏庙”里的馋虫。羊汤

出炉后，撒上些许香粉、大蒜和香叶，实乃绝顶美味。有些食客会在热气滚滚的羊肉汤里加一些秘制辣子，让身体“速热”。“羊汤只需简单的调味就够了，寻找的就是它最原始的味道。”市民陈嘉宝说。

对于肉食主义者来说，羊汤还不过瘾，爽快吃上一顿全羊，才更叫人舒心。藏在周家巷的产发羊肉馆便是可以让他们大快朵颐的地方。老板张产法因为喜欢吃羊肉，做起了羊大

厨，他做的“全羊席”选用的是20多公斤的本地山羊。

晶莹剔透、层次分明的白切羊肉，肉汁嫩滑的羊肉丸子蒸青菜，鲜香浓郁的鸡蛋炖羊脑，原汁原味的羊蹄汤以及一根根外酥里嫩的椒盐羊排等特色“羊菜式”陆续上桌，让人眼花缭乱，食欲大增。这里凭借地道的美味积累了不少老客户，“他们家的羊肉嫩而不膻，分量很足，吃到嘴里回味无穷，一降温就会来吃。”食客金磊说。

一锅姜母鸭 养身暖胃又暖心

具有宝岛特色的姜母鸭是最受台湾朋友欢迎的冬日进补美食，有暖胃、驱寒、滋阴补阳的奇效。如今这道菜在武进也备受宠爱。闽南语中的说法，姜母就是老姜的意思，鸭则选择公鸭炖煮，既可补充蛋白质，又能温补阳气。

位于莱蒙城小区北面的台湾霸味姜母鸭是出名的连锁老品牌，在台湾已有近

200家分店。作为地道的台湾人，老板已经在湖塘做霸味姜母鸭十多年。姜母鸭不好吃，取决于姜、米酒、麻油的搭配。鸭子现宰现煮，新鲜的食材加上师傅地道的烹饪技术，赋予这道菜最完美的口感。

食客刘思怡最近爱上了这个南方味道，她兴奋地介绍起了标准的吃法：“刚端上的姜母鸭不建议先吃鸭

肉，可以先吃辅料，因为鸭肉很耐煮，煮一段时间后，才能将汤汁的味道完全吸收。”连汤带炉一起架上桌，精华融入汤中，鸭肉含丰富的氨基酸和脂肪酸，有助于提高人体抵抗力，而生姜的辛辣成分则能刺激血液循环，让身体暖和起来。寒冷的冬天，来一份热腾腾的姜母鸭，暖身又暖心，实在是再合适不过了。



一壶奶茶 冬日氛围感顶流

最近，“罐罐烤奶”的热度席卷各地，短视频平台上，人手一杯“罐罐烤奶”，成了很多年轻人的标配，更是今年秋冬新晋流量密码。

一个简单的小摊，一台炭火炉，几个陶罐，玫瑰、枸杞、茶叶、牛奶等原料整齐摆放，从烤茶到煮奶，操作过程完全展示在消费者面前。现烤的“罐罐烤奶”比传统奶茶更为吸睛，为夜市小摊招揽了不少顾客。

“罐罐烤奶”的火爆，让

人想起去年的“围炉煮茶”。随着天气转凉，这种精准把握大众秋冬“温暖”情绪价值的饮茶方式再次出圈。除了大学城夜市的摊子，火锅店、酒吧等场所也纷纷跟上了潮流，在门店前摆起了烤奶茶的小桌子。

“口感醇厚，没有普通牛奶的腥味，冬天来一杯挺舒服的。”市民王女士在网上看到“罐罐烤奶”，认为它比普通奶茶更有趣，在品尝了一口成品后，她不禁感慨道。

