

“告诉你一个真实的火锅江湖”系列之四 斑鱼火锅热 新颖养生是焦点 目前开始进军周边市州

主题链接



鱼头鱼骨熬制的美味锅底

兰州人的口味时常坐着过山车，这不，从今年二月份，食斑鱼已被好吃的兰州食客们悄悄地加入了饮食“菜单”，斑鱼火锅如雨后春笋般在兰州遍地开花。除了省会城市兰州外，斑鱼的香味已飘到周边市州，甚至有了一种与当地佳肴分庭抗礼的气势。



体型肥厚的斑鱼



厨师剔除鱼鳞



绝妙刀功



鱼片装盘

美味价廉受欢迎

斑鱼火锅作为一种新口味火锅，瞬间在兰州热了起来，家庭团圆，朋友聚会，多数人都开始选择健康营养的斑鱼火锅，提前预订、排队等候已成了常态。

4月12日，记者在味了爱斑鱼火锅店采访时，该店的老板李先生告诉记者，斑鱼在南方是一种常见的淡水鱼，但真正要把斑鱼火锅的吃法在兰州发扬光大，在原有琳琅满目的火锅市场中独树一帜，成为食客心头的最爱，首先味道上要下功夫，以味引胃。李先生说，自己以前经营的火锅店以黄辣丁干锅最吸引食客，但经过几个轮回的洗牌、市场调查，发现斑鱼的营养丰富、味道鲜美，很符合现在人们的养生观点，于是就花了很长时间，根据兰州人的口感，经过厨师长反复研究、调配、改良，终于烹饪出味道鲜美的斑鱼白汤锅和红汤锅，再次成功吸引了一批食客到店。

一斤斑鱼能出多少鱼片

新开的斑鱼火锅店瞬间热了兰州的餐饮市场，吸引着好吃的兰州人频频光顾。薄如纸片的斑鱼片是斑鱼火锅的一大亮点，一碟碟斑鱼片被一层层码在小铁架上，据说一提正好是一斤鱼。那么一斤斑鱼到底能片出多少鱼片？吃斑鱼，人均消费得多少钱才算正常？

白银路一家斑鱼火锅店的谢厨师长给出了答案。“一斤斑鱼剔除鱼鳞、内脏和鱼头，大概能出3盘到4盘鱼肉，小盘能装3片鱼肉，大盘能装4片鱼肉，鱼骨和鱼头熬汤，白汤清淡，营养全面，保持了原味，涮肉后蘸上特制的酱料，使得斑鱼味道非常好，目前食斑鱼的消费者大都选择白汤，当然口味重的食客也会选择红汤。”谢厨师长说，“一般一条斑鱼在三斤左右，食客从进店选鱼到上桌开火涮肉，也就10分钟，时间、价格大多数食客都能接受，这是不少人钟情斑鱼并成为回头客的主要原因。”据记者调查了解，目前，兰州斑鱼火锅店的价格一斤为40元至50元，人均一斤，再配些其他涮菜便已足够。

斑鱼火锅进军周边市州

斑鱼火锅在兰州餐饮市场迅速走红，成功抢夺了爱吃火锅的兰州人的味蕾。记者采访得知，继鼎尚鲜斑鱼庄连锁店在兰州遍地开花吸引食客外，为尽快抢占市场，方便食

客就餐，闻名全国的丽江龙记斑鱼庄在兰州市永昌路和榆中县开业后，4月16日，连锁店第三分店西固店也已火爆开张。记者通过电话联系获悉，目前除兰州市外，各市州的斑鱼火锅也热了起来，4月12日白银新开业的天庭鲜尚鲜斑鱼庄，庆阳西峰的新鲜轩斑鱼火锅生意都不错。

针对斑鱼火锅进军周边市州的现象，某高端餐饮界人士说：“斑鱼很有营养，吃法也很健康，确实也很符合人们的养生观念，但如果盲目跟风开店，只学到了形似而未学到斑鱼锅的精髓，比如蘸酱料，会直接影响斑鱼的味道，这样，很容易本末倒置，影响整个行业的发展。”

文/图 本报记者 姜晓会

十分钟吃上斑鱼火锅

近期，斑鱼火锅以清香扑鼻、肉质鲜嫩、口感顺滑、没有鱼刺，更方便老人和小孩食用等特点深受兰州人的喜爱。

近日，记者亲临斑鱼火锅店后厨，亲眼目睹了大厨从挑鱼、剔除鱼鳞、内脏和鱼头，再到片鱼装盘上桌开吃的美妙十分钟，与读者一起分享。

文/图 本报记者 姜晓会



薄如纸片的斑鱼片



鲜嫩爽口的鱼片

清真

丽江

龙记斑鱼庄

全国连锁

西固店开业用水全部采用矿泉水!

兰州第三分店
西固店
火爆开张

4月16日-18日全场5.8折

4月19日-24日全场7.8折

(酒水除外)

西固店地址：西固区庄浪西路水厂家属院 订座电话：0931-7216108

榆中店地址：榆中县栖云北路(兰州银行隔壁) 订座电话：0931-5609996

永昌路店地址：兰州市城关区永昌路汇胜购物对面3楼 订座电话：0931-8108161

吃斑鱼 配好菜

斑鱼以小虾、小鱼为食，肉质细嫩，香味独特，成当下人们健康养生的首选，那么，吃斑鱼配哪些新鲜蔬菜和天然食材，更利于人体的健康呢？

因鱼肉的蛋白质是最接近人体的蛋白质，所以营养价值特别高，除搭配豆腐蛋白质更容易被人体吸收外，还可选择油菜、宽粉、木耳、金针菇、油菜、白菜、冬瓜片、海带片、豆皮、水晶粉或红薯粉在鲜甜的鱼汤一涮，也是别有一番风味。另外，喜欢吃面食的消费者，也可在吃完这些菜后，在锅中下一把细拉条，味道也是相当过瘾。

(姜晓会)

业界扫描

休闲餐饮 成餐饮发展大趋势

随着高端餐饮在市场的萧条，大众化和休闲化的餐饮逐渐成为主流，休闲餐饮的需要显得更为迫切。记者调查发现，消费者更为偏好的是休闲性餐饮，特别是白领阶段，对于小资范儿明显的休闲餐饮有极大的好感。

作为百业之首的餐饮业，休闲餐饮行业是一个新兴的行业，却也是一个前途无量的行业。休闲餐饮带给消费者的利益点远非餐饮本身，而是落在一个“休闲”上，诚如请客吃饭的目的远非吃饭，而是会友、聚会、商务洽谈、休闲享受等等。在休闲餐饮中，消费者消费的就是休闲，想要找到舒心的环境，从视觉到味觉到听觉触觉等等的多重美妙体验。

“对大部分休闲餐厅来说，环境、格调、氛围往往比其经营的美食本身更具有吸引力。”记者在采访中也印证了这一点，休闲式餐厅一般都会有自己独特的风格。休闲式餐厅兼营早茶、下午茶，各种甜点饮料咖啡也是应有尽有，并且提供无线宽带网络等等，这些都会成为吸引年轻消费者的亮点。

(刘佳)

相关链接

教你选条好斑鱼

斑鱼无骨刺、肉质鲜美，前些年在南方城市深受欢迎，是南方人饭桌上的一道美味又滋补的珍品食物。如今，身处北方的人们，饭桌上也渐渐出现斑鱼的身影，那么如何挑选斑鱼呢？记者为您提供妙招。

斑鱼富含丰富的蛋白质、氨基酸，脂肪含量却很低，好的斑鱼表皮上黏液较少，体表清洁，好斑鱼具有体型肥厚、肉质结实有弹性等特点，另外好的鱼鳞紧密完整而且有光亮，并且眼睛饱满凸出、角膜透明光亮。

(姜晓会)