



福鼎:美食荟萃迎客来 一方山水,千般“滋味”

福鼎市依山傍海,物产丰饶,盛产各种山珍、海味、河鲜,为美食烹饪提供了丰富的食材,勤劳智慧的福鼎人民就地取材,以炸、爆、炒、蒸、焖、炖、烩、卤、拌、挂霜为主,研发传承着美食文化和烹饪技艺,创造了1000多道福鼎菜肴,380余种小吃品种,全力打造闻名遐迩的“中国美食地标城市”,让“吃在福鼎”成为一个地域品牌。

截至目前,福鼎共有58个福鼎美食被认定为中华名小吃、名点、名菜,香芋宴被认定为“中华名宴”,白茶宴被列入“中餐特色宴席名录”;182道美食被认定为福建名小吃、名点、名菜。2003年8月,福鼎市被福建省烹饪协会授予首家“福建美食名城”称号;2019年9月,被中国烹饪协会授予全国首家“美食地标城市”;2021年11月,桐山溪西小吃美食街、桐城石湖海鲜一条街、山前特色美食街正式开街,为食客们打造了一个夜游新去处。

【中华名宴篇】

福鼎菜肴又称“鼎菜”,以师授徒承方式创造了“十八大碗”“廿四大碗”“八盘五”等传统宴席。其中,福鼎白茶宴、香芋宴被授为“中华名宴”,入选中餐特色宴席名录。

靠山吃山,靠海吃海。在福鼎,还有澎湖羹、爆炒海蜇皮、醉虾、梭子蟹、泥鳅面、畚族乌米饭、牛肉丸、小笼包等各色美食荟萃,星罗密布在街头巷尾,等待你逐一体验。(蔡雪玲 王婷婷 整理)



白茶宴

福鼎人好茶,尤好白茶。如今,白茶芬芳不仅荡漾于茶水中,更与美食“奇妙相遇”。

在深刻理解茶与食材之性及文化内涵的基础上,清醇的白茶与福鼎的山鲜海味恰到好处地结合,呈现出一席风味独特、意境唯美的白茶宴。寿眉遇见虾、银针余海蚌、白牡丹炖小鲍鱼、禅茶小笼包……一道道名菜涵盖冷菜、热菜、小吃、茶点和茶饮,并结合当今国内流行的意境菜和分子

料理制作工艺,展现了茶馐魅力。

经过多年研发,福鼎白茶宴现有5个烹饪项目100多道菜式。2019年5月,白茶宴制作技艺被列入福鼎市第五批非物质文化遗产项目;2019年9月,白茶宴被中国烹饪协会授为“中华名宴”。



香芋宴

福鼎盛产槟榔芋,因芋肉细、松、香、酥,带有槟榔花纹,煮之浓香扑鼻,闻之清香宜人,食之松酥细滑,素有“芋中之王”的美誉,先后获得国家原产地地理标志认证、中国驰名商标和福建省优质农产品等称号。

其烹制方法层出不穷,或炸、或煮、或蒸、或炒,作粮作菜皆宜。用槟榔芋粉为原料烹调的“红鲤藏泥”“太姥唐塔”“太姥芋泥”“芋虾包”“菊花芋”等系列名菜,香味扑鼻、老少皆宜,被人民大会堂和钓鱼台国宾馆选列为国宴佳肴。



【特色小吃篇】

小吃,最富人间烟火气。无论是在繁华的闹市区,还是在静默的小巷里,人们总能用味蕾品尝到最具福鼎风味的地道小吃。



丸糰包



巽城肉燕



挂霜芋



福鼎肉片



蜜汁鸡翅



猪头肉



黄金鱼枣



福鼎馄饨

福鼎肉片

说起福鼎小吃,福鼎肉片是首屈一指的。选取上等猪后腿肉与淀粉充分揉捏后,片入汤锅内翻滚,再加入黄椒、香菜、溜溜,兑上福鼎本地米醋,舀一勺入口,Q弹爽滑,又不失嚼劲,还有酸、辣、咸、鲜多层次的口感让人大呼过瘾。简单的福鼎肉片还可以制成水煮肉片、拌肉片、炸肉片,味道多样,在美食届稳占一席之地。

巽城肉燕

因为是肉皮包着肉馅,巽城肉燕也叫做“肉包肉”。将新鲜的精瘦肉敲打成泥,调入番薯粉后,

被压成面皮,然后折叠裁切晾干,包入肉馅。刚出锅的肉燕晶莹剔透,漂浮在汤水上,形如飞燕。食用时,薄薄的面皮含在嘴里,相当顺滑,舌头一碰就破,肉就融化在口中,吃完后还能回味到阵阵香甜。

蜜汁鸡翅

蜜汁鸡翅属于福鼎一带的名小吃,色泽枣红,甘甜、咸度适中,细嚼之,鲜香绵长、酥润适口、腴美汁浓,可以配饭、配肉片,是当地人的早点、夜宵、茶食或席间的点缀,也是茶余饭后消闲遣兴的方便食品,备受喜爱。

猪头肉

福鼎猪头肉取的是猪头部的瘦肉,先用老汤吊出底味,再选用二十余味秘制香料进行卤制,去除食材中的异味,烘托出猪头骨独特的鲜香美味。出锅后按照纹路切好,让每一块肉都连着骨头,再将小黄椒、蒜末儿和醋调成的料汁淋上,顿时变得鲜辣诱人、酸香入骨,味觉层次更加丰富。

挂霜芋

挂霜芋是一道精美可口的甜点。清甜粉糯的芋头条,表面裹着厚薄均匀的白糖,形似白霜,故而得其名。刚出锅的挂霜芋外酥

里嫩,拿起来轻抿一小口,松松软软地滑入舌中,芋香、甜香、脂香在齿颊间环绕。就算不喜甜食,也会为它破例。

黄金鱼枣

金灿灿的黄金鱼枣选用鲜嫩鳗鱼肉,去骨和皮腌制后,蘸取蛋面糊下锅油炸成金黄色,色香俱全。捞出装盘时,还需搭配上调制好的醋汁,吃上一口,鲜美酥香,外脆内嫩,是一道颇受欢迎的佳肴。

九稳包

九稳包又叫蚯蚓包(福鼎话音译),由地瓜和番薯粉做成皮,

芝麻、花生、葱头油、白糖食料制成馅儿,然后捏扁成饺子的形状上锅蒸个10来分钟,让人垂涎欲滴的九稳包就新鲜出炉。咬破那软糯弹牙的外皮,融化的糖油馅料就溢出来了,花生、葱花的香味在唇齿间回荡,回味无穷。

福鼎馄饨

福鼎馄饨是一种珍珠玲珑小馄饨。首先面皮就叫人惊艳,非常的薄,晶莹剔透,铺在书上可以直接看得清字迹。肉馅除了虾肉和干贝,另有多秘制配料,汤加了猪油提香,再撒上葱花和紫菜提味,入口爽滑,酸甜可口,确是与众不同。