



好呷鬼哈晓得 在长沙嗦粉必知的事



长沙，一座以“呷”著称的城市。糖油粑粑、臭豆腐、口味虾……闻名全国。然而在种种美食之上，米粉才是这座城市最民间、最原始的味道。一声“呷粉克咯”，一碗米粉，是长沙人的饮食基因。

由来

从前北方民众避居南方，吃不惯大米饭。穷急之下，将大米磨成粉或浆，加工成像面条一样的食品，成了今天的米粉。

制作

正宗的长沙米粉选用上等粘米，经洗、泡、蒸、煮、揉、榨、晾、切等18道工序始成，口感柔绵、韧性嫩滑，夹起不断，唆唆入口，香爽之极！

扁圆之争

在今天的粉店，经常会听到：吃扁的还是圆的？但是正宗长沙米粉是扁的，也就是切粉。两种粉的制作工艺，区别在于是否磨浆。制作圆粉不用磨浆，而扁粉则先将大米磨浆。

粉·汤·码

【粉必鲜榨】最好吃的米粉是现榨现食。不添加明胶、吊白块、矿物油等化学物质。

【码必入味】码子也就是配菜，通常有盖码跟炒码两种。盖码是事先做好了码子，粉下出来后直接把做好的码子盖在上面；炒码则是在点粉的时候临时用小锅炒出来的配菜。

【汤必久熬】牛肉、牛骨、猪大骨……小火慢煨，经一昼夜始成浓郁之鲜汤，下粉时以之打底，粉鲜汤鲜并在其中。

买筹

以前买粉叫做买筹，在店的入口处有一块板子，上面悬挂了许多筹码，是用木条做的。你买了你想要的筹码，走到店子后面交给做米粉的师傅，把你的筹码悬挂在你的碗上或者直接插在碗里，等粉做好了再取走。如今，筹码已经成为一种历史。

10家正宗老长沙味道米粉店!转疯了

1 赤岗冲公交新村粉店

地址：赤岗冲公交新村站牌附近的宿舍楼巷子里
点评：长沙最好吃的米粉店，没有之一。正宗的老长沙味道，大块的牛肉卤到入口即化，10点过后基本就没有了。



2 玉林粉店

地址：德雅路烈士公园北门
点评：驰名长沙二十年，很多年前就已名贯星城，是很多老长沙记忆中的一个美食圣地。木有芝麻、木有香菜、木有那么油、只有肉丝码子，但就是好恰，早上10点多就木有卖了哦。



3 金玲粉店

地址：天心区南门口
点评：连《天天向上》都上过了，你还需要怀疑吗？长沙最有名的炒码粉，招牌是腰花炒码粉，香喷喷的爆炒腰花加盖在香滑的米粉上让人口水直流，味道比较适合口味偏重的同学们。总体上价格有点小贵。

6 邈邈粉店

地址：湘府名邸往东300米左右杉木冲东路
点评：店子本名是辣塔粉店，但是因为老板和店面形象被人取名成了邈邈粉店，很贴切。每晚9点多开门，这里的粉入口相对来说软糯且滑，蘸着调好的肉汤和酱料，味道真的超赞。



4 和记粉馆

地址：开福区湘春路
点评：曾经是长沙米粉中占有一席之地的一家老店，但人气不是很高。粉的口感还算顺口，但汤头本身没什么滋味，放了不少油来提味。

5 周记粉店

地址：天心区蔡锷南路县正街
点评：从晚上10点开到次日早上10点的超人气粉店，这里几乎没有服务员，付了账会给你个牌子，自己去端粉，放码子，然后端着吃（因为人气太好几乎没有空位）！这里最有人气的是原汤肉丝粉。汤鲜美，肉都是很大一块，吃起来很爽。

7 矮子粉店

地址：湘春路246号明德中学旁边
点评：老板不高，人送外号矮子，所以起名矮子粉店，本是老板自嘲的招牌，但这家粉店历久弥坚。以竹筹换面粉，以藕煤来生火。捧住一碗重油热辣的排骨粉，闻味就好像回到上个世纪90年代的老长沙。粉比较薄，米味重，汤底厚重，味道浑厚，猪油轻但香味浓。

9 民间沙水面粉馆

地址：天心区白沙路171号
点评：因为煮汤的水来自白沙井，所以这里叫沙水米粉。店面装修得古香古色，又有味道，算是一家高大上的米粉店。这里的粉很滑很爽口，汤头带着一股小清香。

8 夏记粉店

地址：天心区步行街中心广场从人民西路进入观音井巷右手边(D2元素)
点评：粉的口感也很好，吃起来比较爽口的感觉。这里的重点还是码子啊！我要的是肉丸粉，那个肉丸子别提有多香了。

10 馨砣粉店

地址：天心区劳动西路36号
点评：每天早上人气几好的，人们拿长凳子当桌子，在路边吃。主打煨码和蒸码，墨鱼炖肉和梅菜扣肉粉就是很原始的味道，真材实料，贵在那份原汁原味。 ■综合故事长沙、长沙网

嗦粉俚语

长沙人吃面(粉)还有一个最为有趣的现象，就是流行使用一些约定俗成的语言，非老长沙人很难懂！

- 落锅起：又称见水跑，要求面条浮起来就挑起；
- 带迅：要求煮好的面条熟而不烂；
- 带迅干：要求煮好的面条熟而不烂，油稍多，不要汤；
- 二排：要求煮好的面条熟而不溶；
- 溶排：要求煮好的面条溶而不碎；
- 轻挑：要求面条分量少一点，大概为一两五或一两八左右；
- 轻轻挑：要求面条分量少，大概为一两左右；
- 重挑：要求面条分量多一点，大概为三两左右；
- 轻油：要求面条油放少一点；
- 重油：要求面条油放多一点；
- 宽汤：要求面条汤稍多点；
- 扣汤：要求面条汤稍少点；
- 免青：要求面条不放葱蒜；
- 免色：要求面条不放酱油；
- 过桥：要求面条面和码子分开；
- 过桥加码：要求面条不仅面和码子要分开，码子还要双份；
- 二排干：要求面条熟而不烂，不要汤；
- 二排宽汤：要求面条熟而不烂，汤稍多；
- 来原：要求面条不要码子，多放原汤；
- 带迅来原：要求面条熟而不烂，多放原汤。



（故事长沙声明仅授权三湘都市报E报转载，其他平台未经授权不得转载）



关注三湘都市报微信看E报。