

# 周口各县市区竟藏着这么多特色小吃,看看您吃过几样?

俗话说“能吃是福,不吃是罪”! 作为一个吃货,对大街小巷随处可见的小吃美食了如指掌是最基本的素养,只有做到对一些不常见的饕饕也略知一二,方能在吃货队伍中大放异彩,令人刮目相看。今天,我们又推出了特色小吃第二季,保证让您吃得好、吃得爽,吃到嗨翻天!

## 周口名吃

### 烤包子

**推荐理由:** 双盛园饭庄的新疆烤包子,包的是成块的羊肉以及少许洋葱,所以在品尝烤包子的时候,你再也不必为肉少粉条多而发愁了。一层薄薄的面皮内,裹着大块羊肉、少许洋葱以及孜然等调料,在高温的火炉上烤熟的过程中,食材的香味被外表的面皮包入其中。虽是新疆美食,但双盛园饭庄的做法却更接地气,厨师在制作过程中添加了芝麻,让烤出来的包子看起来更像是周口本地的烧饼。只是比烧饼小了一些,大概有一个办公鼠标的大小。刚出炉的烤包子外焦里嫩、皮薄馅多,羊肉、洋葱、孜然散发出的香郁气息令人欲罢不能。

**地址:** 人民路与中州大道交叉口向东 200 米双盛园饭庄



### 陈师傅肉盒

**推荐理由:** 肉盒是豫东有名的风味小吃,大多作为早餐或晚餐食用,在寒冷的冬季,配上一碗热腾腾的胡辣汤或者豆浆,既解馋解饿又抵御寒冷。当然,肉盒在周口当数陈师傅肉盒。陈师傅肉盒口感酥脆、肉馅肥美、香而不腻。目前,陈师傅已推出羊肉馅肉盒,市民每天都排队争相购买。

**地点:** 周口市区中州路与人民路交叉路口,下午 5 点营业



### 王家锅馍

**推荐理由:** 王家锅馍在周口属于名吃,目前已有 100 多年的历史。王家锅馍至今还保存着非常传统的古老制作工艺,锅馍色泽金黄、外酥内软。目前,王家锅馍从单一的品种发展到了甜咸锅馍、杂粮锅馍、千层饼、枣锅馍、螺丝转锅馍、手抓饼、金丝饼等系列品种。

**地址:** 中州路与人和街交叉路口东 20 米路南



### 李家三姐妹擀面皮

**推荐理由:** 李家三姐妹擀面皮在周口城区开店已有 17 年,据三姐妹中的老大介绍,她们家的擀面皮是父母精心研制的,不仅更加突出传统面皮软绵薄韧、筋道耐嚼、酸辣醇香、清爽可口的特点,更是让其成为周口老少皆宜、早晚皆宜、冷热皆宜的大众美食。李家三姐妹擀面皮现在由三个姐妹一起经营管理,成为脱颖而出的地方特色小吃。

**地址:** 六一路与育新街交叉路口向西 20 米路南



### 师高卤肉

**推荐理由:** 据老板师高介绍,他们家的卤肉店从 1984 年开始,一直在西大街,现在在扶沟和许昌开有分店。师高卤肉肉烂汤香、肥而不腻,细嚼之,香味十足。师高卤肉用慢火炖够了时候,卤肉才红里透亮。

**地址:** 中州大道与西大街路口向西 200 米路北



### 王留长小笼包

**推荐理由:** 王留长灌汤小笼包以皮薄馅多、肉质细腻、口味鲜美而闻名。该店已在周口经营 15 年之久,以小笼灌汤包、生余丸子为主,依靠万千食客的好口碑,从最初的地摊发展至今。小笼包馅料以双汇猪后腿为主,辅以姜末、料酒,另外添加 20 多种配料精心秘制而成。灌汤包不宜久放,随蒸随吃。揭开蒸笼,满屉溢香,放下似白菊,提起如灯笼。值得说的是,吃小笼包还要有点技术,新鲜的汁水是其精髓,一是不要浪费,二是要小心喷溅。你可以先蘸点香醋,就着生蒜,小心地在半透明的皮子底边上咬破一小口,吮吸两口汁水后,再将小笼包入口咀嚼品味,吃面、品馅、喝汤,一饱口福。

**地址:** 大庆路与七一路交叉口向北 50 米路西



### 闫记油茶

**推荐理由:** 端上一碗油茶,闻一闻浓香扑鼻,嚼一口香脆疏松,喝一口热乎细腻,可用勺子将配料与油茶混合均匀后喝,也可喝一口油茶,再补一口配料,这融合了面香、坚果香、油香和汤咸香的油茶,无疑是秋冬季节温暖肠胃的绝佳佳品。

**地址:** 文明路与新闻街交叉口向北 50 米路西



### 顶糕

**推荐理由:** 早些年,顶糕在川汇区很常见,但是随着社会的发展,这种古老的顶糕制作工艺越来越少见。顶糕以大米粉、糯米粉、红糖粉为原料,放入特制的容器内,加上一点红糖玫瑰,放在滚水的瓶口利用那浓浓的蒸汽,不到一分钟,一块圆圆的小白糕就做成了。看着老板娴熟地用古老的圆柱形木筒把做好成型的糕从蒸笼中顶出来,让人瞬间就陶醉了。咬上一口顶糕,绵软香甜,松软带糯,全是小时候的味道,价格是一块钱一个。

**地址:** 每天 9 时至 18 时,老板均在二板桥头出摊



### 浆面条

**推荐理由:** 老板路刚说,浆面条最重要的就是粉浆,粉浆的好坏直接决定整个小吃的味道。粉浆多用绿豆浆发酵制作面浆,味道美、易于消化、酸味独特、咸香适口,再放上韭菜花、青椒、芹菜、咸菜、辣椒油、芝麻酱,绿白红相间,香酸辣皆全,能把人的馋虫给勾了去。民谚云:“浆饭热三遍,拿肉都不换。”可见其魅力。好吃还不贵,大碗 4 元,小碗 3 元,小店常常人满为患。

**地址:** 人民路万鑫苑东区西 20 米



### 炒凉粉

**推荐理由:** 炒凉粉的老人名叫吴胜利,已经 62 岁了,他炒凉粉有 30 年了。他家的炒凉粉是用纯绿豆粉制成,加适量水稀释成糊,煮熟后冷藏成块,色泽浅绿,嫩滑爽口。炒凉粉的火候很重要,首先,凉粉要切薄,之后佐以豆酱、葱、姜,加油,用小火翻炒,炒透,再配上吴胜利老人自制的秘方酱,出锅后,热香鲜嫩。

**地址:** 每天 16 时,在中州路桥北头,过桥沿滨河路走走停停;17 时到达八一路桥;17 时 30 分左右在人民路国槐街路口;19 时之后再到达八一路桥,一直到 22 时



## 西华名吃

### 大小炒面

**推荐理由:** 大小炒面,色泽金黄,焦脆的面条是直接用于干条炒出来的,入口感觉香、鲜、脆。

**地址:** 西华县老检察院向南 100 米路西



### 王三麻辣烫

**推荐理由:** 在西华县至少经营十余年,每天前去品尝的顾客都要排队。麻辣烫内配上海带、川粉、青菜等,香味四溢。

**地址:** 西华县长平路与箕城路向东 200 米路南



### 杨风花胡辣汤

**推荐理由:** 色泽鲜亮,香而不腻。汤内除了羊肉,还有面筋、黄花菜、粉条和大葱等配料,入口回味无穷。

**地址:** 西华县箕城路与富华路交叉口向东 100 米



## 太康名吃

### 合记羊肉烩面

**推荐理由:** 选用上好鲜羊肉,经反复浸泡后下锅,撇出血沫,放入大料,将肉煮烂。另用精白面粉,兑入适量盐、碱,和成软面,经反复揉搓,使其筋韧。下面时,锅内放原汁肉汤,将面拉成薄片入锅,放上羊肉,配以黄花菜、木耳、粉条。上桌时外带香菜、辣椒油、糖蒜等小碟,其味更鲜。

**地址:** 位于太康县建设路和谢安路交汇处向北 50 米路西,营业时间为中午和下午



### 摆氏凉皮

**推荐理由:** 太康县的摆氏凉皮店开店至今已有近 30 年了,每天中午都需要排队购买,人气非常高。值得一提的是,在此处吃凉皮时,一定要买上附近所卖的牛肉烧饼,一定会让你回味无穷。

**地址:** 太康县建设路与健康路交汇处



## 商水名吃

### 巴村“盆面条”

**推荐理由:** 巴村“盆面条”历史悠久,始于西汉,盛于东汉。“盆面条”细韧可口,主要调料有辣椒油、芝麻、八角、花椒、胡椒、小茴、桂皮、沙仁、肉蔻、碧波等 20 多种中草药。每天清晨,巴村集市上都卖有热气腾腾的“盆面条”。因其汤浓、面靓、够筋道,受众多食客追捧,闻名于方圆百里,成为当地最具特色的美食。

**地址:** 商水县巴村集市



### 商水大盘鸡

**推荐理由:** 商水大盘鸡色彩鲜艳,有爽滑麻辣的鸡肉和软糯甜润的土豆,配上青辣椒、红辣椒、调料,辣中有香,粗中带细。吃完了鸡肉和土豆,一般店家都会送上“皮带面”,再配上这麻辣鸡汤,真是美极了。

**地址:** 商水县各饭店均有卖



## 项城名吃

### 老街陕西擀面皮

**推荐理由:** 面皮用传统工艺制作,不添加任何添加剂,用 20 多种香料拌制出原汁原味的面皮,吃起来筋、软、柔,易消化。

**地址:** 项城市区老街



### 高寺白吉馍

**推荐理由:** 白吉馍夹腊汁肉在项城市高寺镇相传已有 300 多年的历史。相传北宋时,宫廷御膳房有一袁氏师傅,只因有制作“肉夹馍”的绝技,名震京都汴梁,深得皇帝恩宠。

**地址:** 项城高寺袁楼



### 官会糕点

**推荐理由:** 官会糕点取精粉、蜂王酱、青红丝为原料,手工制作,用芝麻香油炸制,并有口酥、交心果、梅豆角、果脯等系列产品。官会糕点以清香、甘味著名。

**地址:** 项城官会



## 扶沟名吃

### 汴岗大盆鸡

**推荐理由:** 汴岗大盆鸡采用当地土鸡,加以辣椒、花椒、八角、桂皮、香叶、肉蔻、白芷、丁香等烹制出来,色泽微黄,味美肉嫩、汤汁浓稠,十分可口,来品尝者络绎不绝。

扶沟汴岗的大盆鸡,历史久远。相传瓦岗寨的李密当年在汴岗驻守时,爱吃鸡,常令军厨做出,并用大盆盛之,因此,这道菜就叫大盆鸡。李密死后葬于汴岗,汴岗改名蔡王岗,这个军厨就在这儿以开饭馆为生,并以制做大盆鸡闻名。现在,汴岗街上开大盆鸡店的有几家,大都是军厨的后代。

**地址:** 扶沟县汴岗镇



### 韭园水炒鸡蛋

**推荐理由:** 相传宋太宗赵匡义年间,有一南阳籍的太尉从京城回老家探亲,行途阴雨连绵,至扶沟韭园驿站,大雨倾盆,无法前行就住下。随从在附近买些鸡蛋,无油,以水代炒,食之鲜嫩可口。太尉在这住了好几日,这个地方后来就叫太尉铺,这道菜也传承至今,成了这一带的特色食品。

制作方法是:将适量鸡蛋打碎,加入小面香粉、花椒粉、胡椒粉、精盐适量,搅拌均匀,待水沸入锅,出锅可用,吃起来鲜嫩味美,余味悠长。

**地址:** 扶沟县韭园



### 汴岗啖止肉

**推荐理由:** 相传民国七年,汴岗一代的游司司令吴化孚是个大孝子,母亲生日必大办,请来戏班子,做合口的饭菜。吴母特别爱吃红烧肉,而做得最好的是郭寨的郭铁生,他将五花肉切成条状,放料酒浸泡一小时,捞出沥干,放油入锅炒至微黄,将干辣椒、八角、草果、姜、陈皮等放入锅内炒出香味,依次放了酒、老抽、生抽炒匀,再加水没肉,转入砂锅慢两个小时后放盐,待肉酥烂放冰糖,大火收汁,汁匀后放味精,这样做出来的肉色彩红润、入口即化、肥而不腻、香浓齿间。郭铁生的后人郭军华如今仍在汴岗街上开饭店。

**地址:** 扶沟县汴岗乡郭寨村



## 郸城名吃

### 郸城商贸城小烧饼

**推荐理由:** 烧饼由白面制作,个头小而精,芝麻多而密,色香味俱全,令人垂涎。

**地址:** 郸城县商贸城西门



### 洁源炒羊外腰

**推荐理由:** 菜品精选新鲜羊外腰,搭配洋葱、辣椒等食材爆炒,鲜嫩辛香。

**地址:** 郸城县世纪大道洁源酒店



### 羊肉砂锅

**推荐理由:** 选取嫩羊肉,砂锅清汤炖煮,慢火细攻,砂锅聚温的特性保留了羊肉的鲜美,又能使羊肉松软酥烂。

**地址:** 郸城县石槽镇(各饭店都有卖)



## 鹿邑名吃

### 火烧

**推荐理由:** 火烧外焦里嫩,饼面层层叠叠,入口酥软咸香。饼内再加个煎鸡蛋,味道更美。

**地址:** 鹿邑县新华书店门前



### 鹿邑肉盒

**推荐理由:** 肉盒是鹿邑早餐传统美食,以面、肉沫、粉条为原材料,在铁板上推制成饼,边缘稍厚,中间较薄,脆软适中,最佳搭配是鹿邑妈糊。

**地址:** 鹿邑健康街路口



## 淮阳名吃

### 田家羊头肉

**推荐理由:** 淮阳田家羊头肉的历史传说始于元朝初年,原是蒙古人独享的风味食品,后来辗转传到了淮阳田振勇的祖辈手中,又经过田家多年的独特加工,配以中药辅料,以不腥、不膻、不腻而著称,素有“绿色中原名吃”的美誉。田家羊头肉物美价廉,吃起来满口流香、香而不腻,看起来食欲大增,很想一饱口福,真可谓色香味俱全。

**地址:** 淮阳县龙都大道中段



### 赵家砂锅

**推荐理由:** 赵家砂锅是淮阳一带独特的优质风味小吃,已有 20 多年的历史。创始人赵永福先生,淮阳城内人,其创制的赵家砂锅系列在当地小吃行业中享有很高的声誉,特别是其创制的三鲜汤,色香味俱全,不仅口感好,而且营养丰富,堪称砂锅系列中的精品。其选用的鸡、鱼、羊肉均为上等原料,在秘制配方的调和下,赵家砂锅香美可口,极具食疗和保健价值,成为淮阳一带长盛不衰的风味名吃。

**地址:** 淮阳县城内自由街(新华书店南侧)



## 沈丘名吃

### 肉盒

**推荐理由:** 盛产在莲池乡街头,有 100 多年历史了,用大肉、葱、姜、蒜等制成。先把肉馅整好,然后挂欠,再用文火煎炸而成。

**地址:** 沈丘县莲池乡政府南地摊



### 翻江鲤鱼

**推荐理由:** 取沙颍河野生鲤鱼一条,经过煎炸后,再用玻璃汤锅加四川麻辣料蒸煮大概 1 小时出锅,然后用固体酒精慢慢煮煮,边吃边煮。

**地址:** 沈丘县国税局对面一锅香特色店



### 油炸馓子

**推荐理由:** 取精粉面 5 斤,发酵,加入明矾,用小磨香油揉搓,醒到两小时后,用手像拉面一样地细拉下锅。炸制成焦黄色出锅。具有松、脆、酥的特点,可干吃,也可以用作火锅主料。

**地址:** 沈丘县老城镇九孔闸南侧王记馓子



## 东方手擀面

**推荐理由:** 小麦精分若干,食用盐、香油、姜丝、葱花、花椒等若干,手擀面醒后,用面粉散开,再过一会儿即可下锅,但下锅的用料必须用油煎萝卜丝或者是油煎茄丁。

**地址:** 沈丘县老信用联社西面向南,30 年老店

