



滚烫鲜香钵子菜

实习生 汪红苹

老民谣 不愿朝中为驸马，只要炖钵子咕咕噶，述说了有着千年历史的钵子菜特色，小火慢炖，厚实的土钵渐渐升温，沸腾的鲜美食材尽收眼底，好吃到古人宁愿吃这些菜而放弃当驸马。

好食材+古配方+好手艺=好味道，钵子菜沿用古老的烹饪方式，保持食物的色、香、味，总是让人流连忘返。在张家界七十二奇楼，灶灶小钵菜就是这样一家餐馆。

店家主推的是干锅黄牛肉。锅很有特色，是灶火上用的接地气双耳铁锅。端上桌后，香气扑鼻，馋人极了。现切的黄牛肉，口感新鲜有保证，带着一股黄牛本身的香气，肉眼可见的筋道和红润。没有什么特别的调料，用葱姜蒜煸香，急火翻炒，真的太香了！

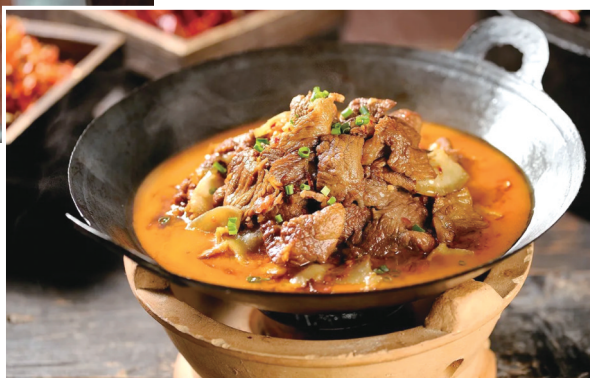
黄牛肉油润鲜亮闪烁着诱人的光泽，耐不住，赶紧夹一口尝尝，全是精瘦肉，红亮油润的牛肉入口感觉到韧性，干香，沾满了辣椒油可谓越嚼越带劲。

牛肉上桌趁热吃，不老不柴，把控刚刚好。多炖煮一会儿，牛肉又变得软糯，每一块肉的口感都让人心满意足。双重口感的体验，不愧是好评满满。

这个味道真的很正，牛肉肉眼可见的很好！来自常德的张先生边吃边擦汗并激动分享道。

店内还有很多有特色的钵钵菜，例如青椒炖老鸭、腊肉丁炖酸菜、香菇煨笋尖等，但是让笔者感到最特别的菜竟然是干锅花菜。普通的花菜，伴随着猪油渣的油香与花菜相互碰撞，既爽口又不腻，是一个迅速光盘的菜。

在常德那儿流传着这样一句话：钵是咱们的命。如果有贵宾来了，至少要端上四个钵，这才是待客之道。好在灶灶小钵菜店内价格不贵，约上三五好友一起去品尝吧！



子沐咖啡： 惬意时光的小憩之选

实习生 向钊钊

在这繁忙的生活中，我们需要一个安静的角落，来放松身心。走进 子沐咖啡，你会发现这里正是一个能让你放松的好去处。最近，笔者探访了这家充满小资情调的咖啡馆，享受惬意的午后时光。

走进店内，笔者被这里温馨氛围所吸引。店内的装修风格简洁而优雅，采用了大量的木质家具和柔和的灯光，营造出一种舒适惬意的氛围。周杰伦的音乐萦绕耳畔，空气中弥漫着浓郁的咖啡香气，笔者忍不住放慢脚步，享受这一份宁静的时光。

店内的绿植、鲜花点缀着每个角落，让整个空间显得更加生机勃勃。让人值得注意的是，在窗边的一个角落，有一束干花静静地伫立着，好似一幅立体的油画，无声地诉说着往日的美好时光。

子沐咖啡的饮品种类丰富，抹茶拿铁是笔者的首选。这杯抹茶特点在于选用优质的抹茶粉，抹茶的香气浓郁，入

口的瞬间就能感受到抹茶的独特风味。咖啡则选用了上等的咖啡豆，味道香醇，口感顺滑。两者融合在一起，碰撞出令人惊艳的口感。

除了经典咖啡外，如果热爱果茶，子沐咖啡的果茶系列也是一个不错的选择。新鲜水果和茶叶的完美结合，让人唇齿留香。在这里，笔者推荐手打柠檬茶。这款饮品选用新鲜的柠檬，将柠檬皮和果肉手工捣碎，保留了柠檬的独特香气。随后，将捣碎的柠檬加入优质的茶汤中，轻轻搅拌，让柠檬的清新与茶叶的甘醇完美交融。在炎炎夏日，来一杯冰镇果茶，无疑是一种绝佳的享受。

无论是与朋友相聚还是独自前来，子沐咖啡都是一个能让人忘却烦恼、享受惬意时光的好地方。如果你也想在城市中找到一个可以安静小憩的角落，不妨来子沐咖啡，让心灵在这里得到放松和满足。

