



桂林日报
责任编辑 石艳红 版式 杨斯诗 责任校对 邓新明
2026年7月29日 星期三

(上接第三版)

市井老味 读懂桂林

桂林的味道，不全在大酒店的菜单上，也在犄角旮旯的小店里。没有花哨的网红套路，全凭老板一双手、一口锅，守着老方子现做现卖。不管是松软的马蹄糕，还是冒着热气的胡辣，吃的就是一个“鲜”和“真”。这些朴素又治愈的味道，串联起一条老街的烟火日常和一代代桂林人的儿时记忆。

六合营养早餐店

小店位置：七星区六合路55号（乘10、21、207路公交车至建干路口站下车步行300米即到，附近有共享电动车归还点）

推荐理由：这家店说是附近街坊从小吃到大的“童年味道”，真不夸张。门面不大，一口大油锅就占了快四分之一的地方，环境谈不上多讲究，可每天一早排队的人就没断过。记者上午10点到店，店内座位全坐满了。店内，老板在案板前切条、下锅，一气呵成，油锅“滋滋”直响。刚炸好的油条还烫手，就被食客一根根夹走。旁边一位大哥边等边对记者说：“就喜欢刚炸出来的，够酥脆。”这家店主打的是桂林传统胡辣和现炸油条。胡辣用糯米浆熬成，盛入碗里浓郁细腻，能看到木耳、粉丝、腐竹等配料；油条是老板在旁边案板上将发酵面团现揉现擀、切条后直接下锅现炸。刚出锅的油条冒着热气，咬下去“咔嚓”一声，外脆内软。许多老桂林的标配吃法，就是把香脆的油条往胡辣里一泡，米糊瞬间包裹住油条，入口既能吃到米香，也能感受到油条由脆变酥的口感。除了胡辣和油条，还有油堆、油饼、豆浆等早餐品种，人均四五块钱就能吃得心满意足。

探店提示：胡辣的灵魂在于那一口咸香浓郁的米糊口感，建议撒上葱花、胡椒粉和芝麻碎，再淋几滴香油，风味更足。油条一定要趁热吃，刚出锅的酥脆感最佳；进阶吃法是撕成小块泡进胡辣或豆浆里，酥脆与绵密在口中碰撞。小店只做早午两个时段，建议上午10点前到店，去晚了胡辣可能已售罄。小店位于六合路旁，附近车位不多，更推荐骑电动车或共享单车前往。



► 欢欢家的马蹄糕



◀ 老牌莲子糕门面。



▲ 姐妹酸店的果蔬酸品



▲ 六合营养早餐店的胡辣油条



◀ 千草糖甜品门面

► 小食糖门面



► 秀姐糖水
的仙人豆腐



手工熬制 不负炎夏

在桂林，糖水不只是一道甜品，更是一种生活方式。七星区的彭阿姨、秀峰区的秀姐、叠彩区的千草糖，还有红岭路街角的小食糖，全是本地人钟爱的小店。彭阿姨舍得放料，千草糖还在手搓凉粉，小食糖的槐花粉只有天热时才做，秀姐的仙人豆腐从阳朔带过来，一卖就是十年。老店也好，新店也罢，说到底都是一回事，老老实实在手工熬，不偷懒，不糊弄。天热了，别窝着，挑家近的去吃一碗。

彭阿姨甜品屋

小店位置：七星区建干路（乘10、21路公交车至桂林理工大学站下车即到，附近有共享电动车归还点）

推荐理由：彭阿姨做甜品已经有40年，一直守着传统手工熬制的老法子，用料扎扎实实。店面不大，掀开透明门帘往里走就是一张长桌。记者下午到店时就已经坐满了人，门口还有几个等单的顾客。彭阿姨一边在操作台前利索地盛糖水、撒配料，一边跟顾客聊着家常。冰柜里的鲜果码得整整齐齐，看着清爽。店里一共40多款糖水，招牌清补凉是很多老客的心头好。西瓜、蜜瓜这些鲜果每天现切，入口清甜爽脆；绿豆、玉米、红豆等杂粮熬得火候很足，绵软起沙，又吃不到硬芯；用红糖和桂花调出的糖水，甜味分寸拿捏得刚好，一碗下肚舒舒服服，不齁不腻，是地地道道的老桂林味道。除了清补凉，绿豆沙、银耳桃胶莲子羹、酒酿红糖小丸子也都很受欢迎。价目表清清楚楚贴在墙上，食材一眼能看到，吃着也放心。

探店提示：彭阿姨甜品屋每天中午12点后开门，夜里11点打烊，热门款常常傍晚就卖光了，想多尝几样的朋友尽量赶早。小店傍晚和宵夜时段的人最多，排队是常事，要是时间不赶，不妨错峰前往。老板的性子比较随和，偶尔会临时关店出去玩一会，陪陪家里人，所以出发前最好提前了解店家的“动态”，免得白跑一趟。

欢欢家的马蹄糕

小店位置：象山区文明路一巷（乘5、88路公交车至文明路站下车即到，附近有共享电动车归还点）

推荐理由：这家店卖的是马蹄糕，也是桂林的老味道。小摊就摆在文明路公交站台后面的便利店内。记者到的时候，高压锅正“噗噗噗”冒着白气，老板在后头忙得不停手，填粉、加馅、脱模，一整套动作又快又利索。旁边一位大姐接过刚出炉的马蹄糕，烫得直吹气，还是忍不住咬了一口。这家的马蹄糕，街坊邻居最认它，就因为那份纯粹，不加花里胡哨的配料，咬一口，全是小时候吃过的甜香。糕体松软，米粉做得恰到好处，不黏牙，红糖的焦香和芝麻的醇厚一层一层分得清楚，甜得正好，不腻人。招牌马蹄糕3元2个，性价比高。店里还顺带卖绿豆沙、凉粉，都是清清凉凉的糖水，夏天搭着吃很舒服。

探店提示：马蹄糕是现点现蒸的，需要等3分钟左右，最好趁热吃。刚出锅那会儿，外层微微带点弹劲儿，里头的米香被水蒸气一催，带着红糖的鲜甜，满口留香。要是放凉了，口感会硬一些，就没那么软糯了，所以拿到手别犹豫，赶紧吃。小店挨着主干道，门口没地方停车，自驾可以停到百货大楼的停车场，也可以步行到小店，刚好让胃腾出“空位”，吃得也更香。

老牌莲子糕

小店位置：秀峰区文化宫内劳动保险大厦一层（乘91、K99、100路公交车至中心广场站下车步行450米即到，附近有共享电动车归还点）

推荐理由：这家店的莲子糕，算是桂林人从小吃到大的那一口老味道。这里的莲子糕不完全是莲子，而是糯米与莲藕粉调制的糕体，经开水一冲，瞬间膨胀成半透明的软糊，再加入红糖、葡萄干、黑芝麻、山楂片、花生碎、蜜枣和板栗黄豆粉，搅拌间缠绵拉丝，口感糯而不腻，酸甜适中。喜欢传统风味的，一定要试试这碗莲子糕，小碗8元、大碗10元，配料都是店主亲手晾晒炒制，使用的是洪湖莲藕、湘潭莲子，20多年味道没

变过。不少老顾客认准门口那把紫铜龙嘴壶，也有年轻游客跟着小红书推荐专程找来。糕香不怕巷子深，说的就是这一家。

探店提示：门口那把龙嘴大铜壶如今已经不再烧水了，壶老了，水早已换成锅具煮，但壶还稳稳摆在店前，拍照打卡很上镜。这碗莲子糕最精彩的一刻，是沸水冲下去那几秒，糯粉藕粉急速糊化，拉出晶莹黏稠的丝。顾客拿到手时赶紧搅，趁热让每一粒果干都裹进温润的糕体里，第一口是红糖的醇甜，接着是山楂的酸和芝麻的焦香一层层冒出来，越嚼越有味。小店只有十来平方米，没地方坐，只能端着走。刚冲好的糕很烫，排在手里边走边吃要小心。糕虽烫，但千万别等，凉了会变硬，那股黏糯劲儿就散了，风味也打折，所以拿到手就赶紧尝一口。文化宫内较难停车，坐公交或骑行最省心。

姐妹酸店

小店位置：秀峰区社工巷（乘91、K99、100路公交车至中心广场站下车步行500米即到，附近有共享电动车归还点）

推荐理由：这家店是正宗的灵川三街坛子酸，酸味不是勾兑出来的，是很多桂林人从小吃惯的家常味道。开了15年，三个好姐妹一起守着老一辈传下来的腌酸方子，从来不用醋精赶工期。店门面很小，记者到店的时候，看见老板正低头切水果，手起刀落，芒果条码得整齐。旁边冰柜里，坛子泡的蔬菜酸和当天现泡的水果酸摆得满满当当，黄瓜、莴苣和芒果是店里的爆款，晚来一步腌酸坛子就见底。只见老板夹起几块，利落地淋上自家调的辣椒水——辣椒粉裹着酸汁往果肉纹路里渗，果酸和辣香碰撞，让人垂涎欲滴。此外，店里每天还有现做水糍粑和钵仔糕出售。水糍粑软糯，芝麻馅香但不会齁甜，钵仔糕弹牙，顺带买两个和酸一起吃也很搭。

探店提示：酸品一定要淋秘制辣椒水，趁着刚拌好就吃，风味最足。所有酸品都建议现买现吃，别捂太久。蔬菜酸是提前腌透了的，入味深；水果酸都是当天早上现泡，想挑到最多花样，下午去比较稳妥。店门脸极小，没有堂食的地方，只能买了拎走。逛完老店，顺便在周边巷子里慢慢走，边走边尝，体验老城区的烟火气息。

千草糖甜品

小店位置：叠彩区水塔路南巷花千树小区底商（乘3路公交车至九华山站下车步行700米即到，附近有共享电动车归还点）

推荐理由：这家店从1988年就在九华山片区出摊，最早是一辆三轮车推着卖凉粉，一路卖到现在开了铺面，实打实的老字号了。他们家的冰凉粉一直坚持手工搓，不用干粉糊弄，搓出来的粉透亮、弹牙，还带着点韧劲，咬下去不软塌。最受欢迎的是经典原味凉粉，浇上一勺桂花冰碴红糖水，再滴几滴薄荷汁、甩一点白醋，酸甜里透着冰凉，让人胃口大开。这一碗凉粉卖了30多年，味道没变过。店里后来也添了些新花样，奶茶凉粉、芒果凉粉都有人专门冲着去。单品五六元至十元不等，丰俭由人。

探店提示：千草糖每天中午11点到晚上11点，建议午后前往，或者夜里去吃，凉粉配晚风最舒服。铺子不大，但冷气开得足，往里一坐，汗很快就收住了，歇歇脚，慢慢吃着，整个人都跟着放松下来。店铺周边小区停车位不多，电动车或共享单车出行更方便。

秀姐糖水

小店位置：秀峰区社工巷12号（乘91、K99、100路公交车至中心广场站下车步行500米即到，附近有共享电动车归还点）

推荐理由：这家店开了整整10年，藏在社工巷里，门面就一个小档口，但在不少桂林人心里，它是每年夏天雷打不动的“根据地”。记者中午到店，秀姐刚把一整块仙人豆腐捧在手心，拿刀切划成一厘米见方的小块丁。而她的身旁已经有几个熟客在排队等待。没等多久，一杯杯翠绿的仙人豆腐就递出来。大家也不讲究，端到巷子阴凉处就“嗦”了起来。仙人豆腐是秀姐家的夏日主打，说是“豆腐”，其实是用新鲜仙人草熬出来的草本凉冻，翠绿莹润，舀起来微微颤，入口嫩滑带点Q弹，草本香气很正，咽下去之后舌根会泛上一丝清甜回甘，特别解燥。

每年夏天，这碗仙人豆腐就稳坐店里销量头牌，忙的时候一天能卖掉将近300碗。老板是阳朔人，早些年把老家这碗传统小吃带到桂林市区，边做边改。糖水甜度调了又调，又配上白醋提鲜、凉粉和绿豆沙搭着卖，慢慢磨成了现在的口味。做法一直坚持手工古法，仙人草现熬现凝，成品呈现自然的草青色，深受顾客喜爱。

探店提示：仙人豆腐的灵魂在于那一抹草本微湿后的回甘，建议先不急着重咽，留一勺含在口中咀嚼，让草本味的清凉从口腔漫开。喜欢吃酸甜口的建议滴两滴白醋提鲜，酸甜碰撞更开胃。最佳到店时间是下午3点后，此时小巷阴凉，一碗糖水又可以消解夏日闷热。小店藏于社工巷内，只适合步行或骑共享单车进来。

小食糖

小店位置：秀峰区阳江路和红岭路交叉口（乘1、88、91、K2路公交车至黑山路口站下车步行500米即到，附近有共享电动车归还点）

推荐理由：这家糖水铺在桂林不算大，但很多人专程跑一趟，就是冲着那碗手工槐花粉。槐花粉做法挺费工夫，槐花籽和大米磨成浆，经手工过滤制成，吃起来细滑爽口，带着一股清浅的植物香气，甜度也刚好，不会腻。店里还有用斑斓叶做的斑斓粉，黄绿双拼是熟客常点的搭配，拍照好看，味道也不单调。除了槐花粉，越南水果捞也值得一试。水果捞的汤底是特色玉米糊，浓稠香甜，配料给得足。此外，他们家还售卖紫苏炸鸭腿、卤鸭爪等咸口小吃，糖水配卤味，甜咸交错，越吃越停不下来。所有甜品都是当天现做，菜单写得清清楚楚，价格标得明明白白，点单时很省心。

探店提示：槐花粉是时令小吃，每年只有3月到10月能吃到，天冷就不做了。小店热门款产品要到中午才陆续出炉。午后客人最多，堂食座位有限，想安安静静坐一下的话，最好避开下午茶高峰时段。实在赶不上，打包带走也很方便。门店前有停车位，停满也可以将车停在万象城停车场，步行较近。

(3、4版图片除署名外，均由记者刘琪摄)