

# 休闲·餐饮

食尚  
搜索

## 邀君一品小碗菜 一人也能聚划算

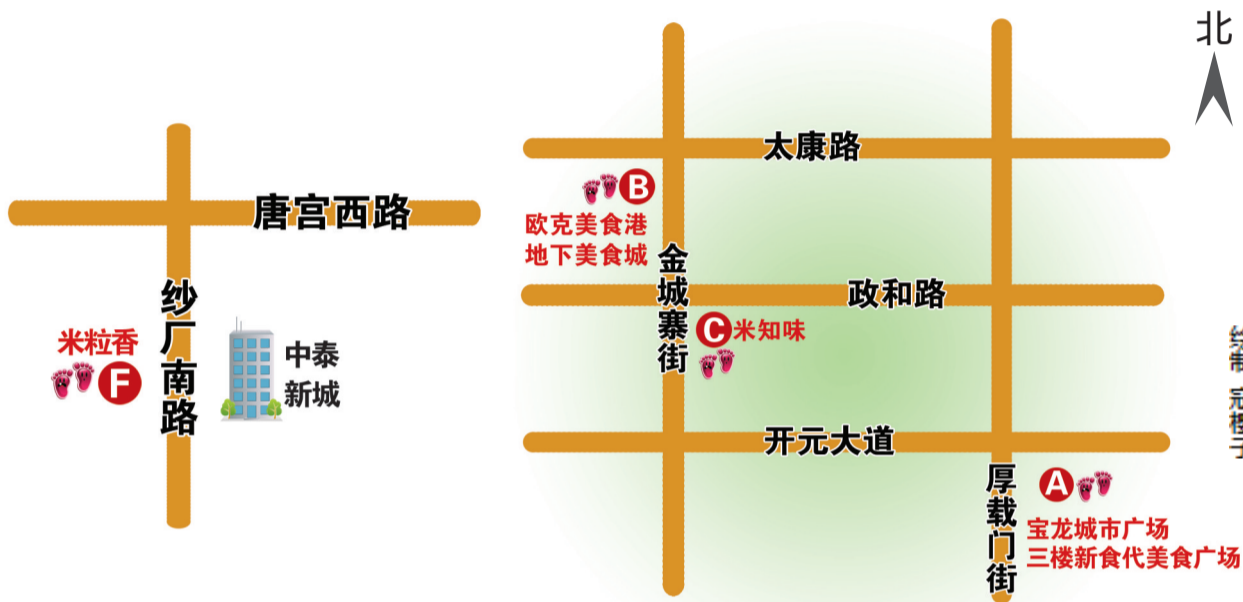
□记者 吴彬 实习生 杨笛 文/图

眼下,一种分量少、价格低、种类多的小碗菜在我市大街小巷兴起。一个人也能吃得精彩,两个人就可享受盛宴,不但不易造成浪费,还能让就餐者摄取更多的营养。本期,洛阳晚报记者为您搜罗了几家很受欢迎的小碗菜,您若有兴趣不妨一尝。



种类多的小碗菜

服务员按顾客要求选小碗菜



### 1 可选种类繁多 素菜每份最低1元

近日,洛阳晚报记者来到洛龙区宝龙城市广场三楼西边的新食代美食广场。正是午饭的时间,不少人围在一家名为小碗菜大碗饭的摊位前点菜。梅菜扣肉、番茄炒鸡蛋、清炒玉米粒、爆炒西蓝花……各种菜品装在有传统特色的棕色小瓦碗里,每份的量也就150克左右,粗略算来有40多种。小碗菜荤素俱全,各种颜色精心搭配,轻易就勾起了人们的食欲。

这里的小碗菜每份的价格从1元到12元不等,一名着裙装的年轻女子点了4个小碗菜和1份米,一共才花了7元钱。她说,这里的素菜一两元一份,非常划算,适合工薪族消费。

在洛龙区太康路与金城寨街交叉口西南角的欧克美食港地下美食城里,靠东头也有一家小碗菜。这里每份小碗菜的价位从1元到8元不等,很多在附近商场上班的员工多会到此就餐。市民尚先生要了4个小碗菜加上两个油饼和一大碗粥,一共才花了10元钱。他说,最好吃的通常是三四元一份的“串荤”菜,即荤素搭配的菜,如酸豆角肉末等,纯素菜如手撕包菜等是1元一份。尚先生说,他和同事都很喜欢小碗菜这种就餐方式。

餐饮广告统筹 刘强  
电话:15537980005

### 2 口味各不相同 特色令人回味

在涧西区天津路与湖北路交叉口向西约50米处路北的米味香小碗菜,洛阳晚报记者发现这里每份小碗菜价格最高7元,米饭每份1元,鸡蛋汤免费。据工作人员介绍,这里主营湖北口味的小碗菜,红烧狮子头、土豆烧牛腩、小碗鸭血、豆瓣蒸腊肠等很受欢迎。常到此就餐的市民陆女士说,这家菜用料很足,味道很浓,炒双菇、小碗菜花、麻辣豆腐都值得品尝,尤其是红烧狮子头和水蒸蛋很有特点,红烧狮子头香而不腻,水蒸蛋鲜嫩可口,她每隔一段时间就会来吃一次。

在西工区纱厂南路中泰新城小区对面,有一家米粒香小碗快餐,有两层楼可供用餐,有40多个品种,每份小碗菜的价格从1元至8元不等,米饭1元一碗,鸡蛋汤免费。据工作人员介绍,该店主要以湘菜为主,红油鸡块、小酥肉、腐竹肉都值得品尝,烧茄子、番茄鸡蛋、豌豆玉米、红烧肉等符合大众口味。

王女士是附近商场的销售人员,她和同事中午经常来吃小碗菜,她觉得小碗菜方便、快捷、实惠。王女士说,她平时吃素菜比较多,一顿饭花5块钱就能吃好吃饱了。

### 3 荤素搭配可口 两人即享盛宴

在洛龙区政和路与金城寨街交叉口东南角,一家叫米知味的小碗菜也很受欢迎。每天到了吃饭高峰期,这里人很多,食客经常需要和他人拼桌。

家住附近的景女士喜欢来这里吃饭,她说这里的小碗素菜两三元一份,荤菜六七元一份,米饭1元一份。她一个人每次通常点四菜一汤,日本豆腐、红烧肉、辣椒炒腊肉等都是她常点的菜,紫菜汤是免费的,味道也非常不错。

在这里,消费者需要先在门口收银台往店方提供的空白消费卡内存一些钱,然后再持卡在店内刷卡消费,吃完饭退卡时,卡内剩余的钱再退给消费者。一名在附近商场上班的女士说,她和同事经常来这里吃,一次多充点钱,就省去了每次充钱的麻烦。

涧西区的苏女士说,在广州市市场步行街中段,也有一家米知味小碗菜,每天中午顾客盈门。这里提供甜咸两种免费汤,味道都不错。这里的干煸豆角、手撕包菜、干炸带鱼等都很受食客欢迎。这里的红烧肉,是她每次必点的菜。

苏女士说,这家店菜品丰富,她和朋友两个人往往花20多元钱就能享受八菜一汤的盛宴,看着一桌子菜不但心情舒畅,而且吃得饱、吃得好。

另外,洛阳网网友“苏苏鱼”称,米知味小碗菜在西工区中央百货楼后小街内也有一家分店,该店有时会在我们市一些美食网上搞团购活动,七八个菜也就大约20元,非常划算。