

深圳必食 Guide

細味上海 本幫菜

上海菜（滬菜）屬江南菜系其中一種，俘虜不少識飲識食的港人，上海本幫菜源於本地家常菜，近年吸收了各地菜系的烹調技藝，發展成更豐富的菜餚種類，以濃油赤醬、鹹淡適中、醇厚鮮美為重點，配上葱、糖及醬油等調味。深圳也有不少性價比高的滬菜館，「老大昌酒樓」、「大上海酒樓」皆屬深圳老字號，葱爆鱔糊、油爆蝦等滋味小菜口味正宗，令人垂涎，同時餐品價格合理；至於以上海本幫麵作招徠的「王繁星麵館」近年在內地人氣火熱，本月更空降深圳連開兩店，值得大家前往體驗滬式風味！撰文：龍獅

■黃花魚是上海菜必備食材之一。小紅書@尋找他鄉的貓貓



■油爆蝦充滿光澤，蝦肉鮮嫩。小紅書@尋找他鄉的貓貓



大上海酒樓

深圳精緻滬菜 復古歐式風格

位於歷史悠久的上海賓館2樓，大上海酒樓以正宗上海菜為特色，融合粵式元素，是深圳上海菜的知名老店。店家裝潢仍保留不少八十、九十年代復古歐式風格，金色穹頂與老照片營造出時代印記，醇韻雅致的用餐環境給顧客帶來前所未有的老上海文化體驗。美食方面，外婆家鄉紅燒肉堅持以文火慢燉，汁濃肉酥；金陵烤鴨皮脆肉嫩，搭配秘製醬料令人食指大動。較香口的老上海油爆蝦，蝦身泛出誘人紅棕色光澤，鮮亮油潤。輕輕一咬，鬆脆外殼惹味，鮮嫩蝦肉在舌尖散開，鹹甜交織的味覺瞬間在口腔瀰漫出來，一試愛上。

地址：福田區深南中路3032號上海賓館2樓

營業時間：11:00-14:00

17:00-21:00

推薦菜：外婆家鄉紅燒肉

黃花魚、老上海油爆蝦

好食指數：★★★★★



■上海賓館位於華強路站B出口約5分鐘路程。

地址：福田區深南中路3019號
福田大廈(上海賓館對面)

營業時間：11:00-14:00

17:00-21:00

推薦菜：上海熏魚、葱爆鱔糊、紅燒獅子頭

好食指數：★★★★★

■葱爆鱔糊口感甜鹹，送飯一流。小紅書@霹靂



■飽滿多汁的上海小籠包。小紅書@吃白



■水晶肴肉最佳搭配是薑絲及香醋。小紅書@霹靂

老大昌酒樓

40年老字號 價格親民網紅店

前身為上海知名糕點店的老大昌在深圳扎根多年，1985年開業至今已40年歷史，店家以性價比高的上海本幫菜作招徠，去年經過裝修大翻新後，經常吸引本港YouTuber前往「探店」，同時亦吸引不少老饕北上捧場。全店分兩層，從大門、樓梯、枱布、裝潢及布置也充滿老上海的民國風情，當中不乏打卡位，特別是留聲機、吊燈等也充滿年代感，有指以往到店用膳是身份象徵，現時亦有不少港客專程北上捧場。

老大昌把上海菜的濃油赤醬與細膩滋味掌控得天衣無縫，必點名物葱爆鱔糊色澤油亮，口感甜鹹，鱔糊亦夠肥美；上海熏魚的魚肉整件現炸，水分被完美鎖住，口感鬆脆卻完全不柴，淋上醬汁層次大升級，其他經典菜式如龍井蝦仁、紅燒獅子頭、小籠包、水晶肴肉等也不容錯過。大眾點評團購2人餐不用200元人民幣，既經濟又實惠。

王繁星麵館

頂流上海本幫麵
空降深圳雙店齊開

地址：前海壹方城4樓
(寶安店)、深圳灣萬象城2期B2層(南山店)

推薦菜：蝦仁牛肉拌麵、豬肝腰花拌麵

好食指數：★★★★★

■濃油赤醬的拌麵超太碗，配料豐富啱晒大胃王。

王繁星麵館於2023年在鄭州成立，是一家主打「上海本幫麵」的年輕麵館品牌，店家以「單份現炒」、「無預製」作賣點，每碗麵濃濃香氣撲鼻而來，令食客口水直流。麵條每咬也勁爽滑，鹹甜適中的醇厚醬汁更是靈魂。招牌蝦仁牛肉拌麵、豬肝腰花拌麵也是必食之選，每碗約售30多元人民幣，加上免費續麵及紫菜湯、白桃烏龍茶任飲，成為不少年輕食客的新選擇。品牌近年快速擴張，兩年內於全國十多個城市開設近50家門店，其中部分店月入可過百萬，因此店家各地分店也人氣火爆。品牌與同期崛起的其他上海本幫麵品牌推動本幫麵館的全國性發展，店家正式進軍深圳剛剛開業，更是寶安、南山兩區雙店齊開，分別在前海壹方城、深圳灣萬象城2期。另外，王繁星店內會播放周杰倫的名曲及在牆上張貼其照片、海報、唱片封面等，各位香港的周董歌迷又多一個北上的理由。

■王繁星麵館吸引不少年輕女食客「探店」。

