

沿韭菜园一路向南

# 长沙「深夜食堂」：一条小巷圈「粉」无数

文、图：今日女报·凤网记者陈炜

## 编者按

“夜星城”，逛不停。去年，长沙问鼎“中国十大夜经济影响力城市”，今年，疫情防控进入常态化阶段后，夜经济的复苏为长沙带来了汨汨活力。

随着“夏季有礼·秋天有韵”长沙首届“夜星城”消费节活动的展开，本报将陆续推出“老长沙亮星城”系列报道，寻觅老街新旧碰撞，探访商圈火热经营，看“网红”长沙，是如何越夜越美丽。

## 深夜食堂

湖南人美好的一天是从一碗米粉开始的。对湖南人来说，能嗦粉的日子才是好日子。

在熙熙攘攘的长沙商圈走街串巷，南接五一大道，北临八一路的韭菜园街无疑是湖南“粉”味最浓厚的地方。每天清晨，大家在这里唤醒味蕾；每天深夜，大家又在这儿卸下疲惫，在一碗滋味悠长的米粉里心满意足地品味市井人生。

常德壹德壹、湘西米粉、郴州栖凤渡鱼粉、衡阳紫竹卤粉……在这条巷子里，来自三湘四水的“名粉”被一网打尽。大大小小的店面，解锁了各种嗦粉的新方式；复古与新潮并存的米粉涂鸦，直白而又俏皮地诉说这里的市井、烟火、风俗和人情。

总之，在这条小巷上，几乎网罗了湖南各地的米粉，也网罗了来自全国各地的“粉丝”。

当然，在以美食知名的长沙，安抚味蕾的绝不止是米粉。

夜色里，沿着韭菜园一路向南，更多隐没在繁华都市角落的“深夜食堂”一一显露真容：南门口的美食城寨，高正街的盟重烧烤，裕南街的正街香肠……一路走来，你不得不感叹：如此美食，不可辜负啊！



扫一扫，探寻更多的长沙“深夜食堂”

## 去这里吃，一碗粉品人间百味

每当夜幕降临，韭菜园街车潮渐歇，街道两侧的五彩灯火将复古门楼上的“嗦粉”二字照得格外亮眼。此时，在常德壹德壹的厨房里，员工张姐将烧开的沸水倒进热锅，为前来光顾的客人开启舌尖的欢乐场。

“粉店不只是充饥解饿的场所。”开业不到两周，“粉客”的心思已被张姐看得通透——淡去喧闹的夜里，无论心境好坏、日子丰俭，惟有将米粉一烫，往碗里一颠，浇足码子，大大咧咧地嗦上一碗，这日子就变得有滋有味起来。半夜赶火车的年轻人点碗粉，只为在奔走远方前将家乡味道深埋心底；下班未归的夜班族嗦上一碗热气腾腾的米粉，借此“清空”全身的

疲倦；开了一夜车的出租车司机，溜溜溜溜地将浓汤喝至见底，立马暖到了心尖尖。

这也许是长沙才有的现象。夜再深，嗦粉的客人总是络绎不绝，往粉店一坐，宠辱皆忘。偶尔，无处可去者也会在这里停留片刻，蜷缩在温暖的光线里大快朵颐，根本觉察不到他的辛酸苦辣。

米粉里的人间百味，似乎就藏在这来来往往的人群里。在这里，别的不多，嗦粉管够！一条400米长的巷道将湖南各地的口味聚集于此，每一碗都值得你久久回味。

曾经的韭菜园以种植韭菜得名，



穿越百年时光成为现代都市里一个别有韵味的所在。只是，如今的它，已新晋成集美食、文化、旅游、休闲于一体的“米粉网红打卡胜地”，让“克（去）韭菜园米粉街，恰遇湖南米粉”变成“嗦粉大军”开启味蕾盛宴的集结号。

## 去这里吃，鱼和熊掌可以兼得

人间烟火味，最抚凡人心。

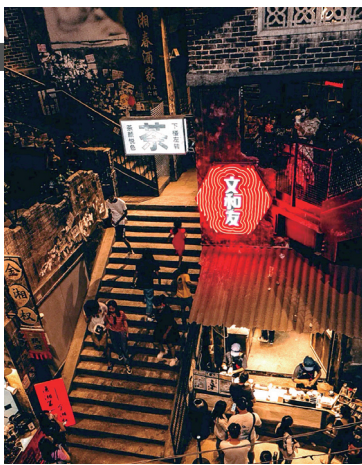
沿着韭菜园南下，无论是满怀期待的远方游客，还是土生土长的长沙“老口子”，闲暇之余总会奔赴“名声在外”的南门口寻觅“夜星城”中最正宗的美味。

早在1990年，这里已是长沙的美食地标。“赶得南门的包子，丢了北门的豆腐”，风云数十载，地道的长沙俚语在城市的更迭中见证着“食”代变迁，成为几代湖南人挥之不去的共同记忆。

而今，被霓虹灯装饰得五彩斑斓的“大长沙美食城寨”让曾经“鱼和熊掌难兼得”的味蕾遗憾变成现实——这里云集60余家网红餐饮小店，几乎囊括长沙所有民间小吃……一场舌尖万味之旅且等你来开启，“一寨吃遍大长沙”的完美享受正等你来体验。

点点星光下，在意美、情美、景美的高正街漫步，清幽的巷道因为“盟重烧烤”的存在，而充斥着满满的武侠风。草棚、土墙、酒壶、木桌……店名和门店设计灵感均来自网游“传奇”的“盟重烧烤”让饮食老饕趋之若鹜，只想感受一把在徐克电影里，身处荒漠客栈与好友把酒言欢、痛快吃肉的豪迈。

长沙的夜食“圣地”众多，冬瓜山的风头也不容小觑。一根不过手指粗细的肉肠，就是裕南街的美食标志。长沙本地人都知道，曾经的冬瓜山一度人烟寥寥、无人知晓，直到一位陈姓大叔为了养家糊口，摆起了肉肠油炸摊子，这一切才发生改变——没有像模像样的门店，只是一个位于路边两根电杆之间的棚子，每天收摊时拆卸，次日再重新搭建，却硬生生凭借香味醇厚、



皮薄肉嫩的口感，成为众多吃货无法忘怀的美味。

过去的30年里，每每晚霞刚落，冬瓜山便开始迈入“深夜食堂”的节奏，以冬瓜山肉肠摊棚为中心依次排开的大小餐饮店铺逐一摆起了各自的阵势，等待着一波又一波客流到来……

## 去这里吃，再急也要先排队

穿行于大街小巷的长沙人，从未停下寻觅美食的脚步。

作为新中国成立后最早的美食街，曾经的黄兴路与东西两厢的大小古道巷、晏家塘等四衢八街相互交织，热闹非凡，各类夜食小吃也是不一而足。

从最南端的“柳德芳汤圆”“双燕馄饨店”，到折中处的“强民狗肉店”，再至最北端的“红梅冷饮店”“半雅亭面馆”，这些曾经极具湖南特色的美食“圣地”，有的随着时间的推移逐渐衰落、消失；有的却经过改造修葺，一直延续至今。

或许，只有真正体味过舌尖变迁的长沙“老口子”，才能感受这座城市最深刻的味道。而在“食”代变迁中，坡子街的火宫殿、海信广场的超级文和友、太平街的臭豆腐、遍布全城的茶颜悦色，已悄然成为长沙美食IP的“黄金一代”。同时

也孕育出四方坪美食街、杨帆夜市、渔人码头美食街等一批以湖南地方风味为特色的美食“打卡地”，在传承与创新中，两者造就了属于长沙之夜的“新食尚”。

毋庸置疑，火爆的“深夜食堂”市场已然撑起星城夜经济的半边天。

今年国庆中秋期间，“天宝兄弟”“五十七度湘”等网红热门餐厅营业额同比增长均超过10%，而号称长沙“两大美食排队王”的“超级文和友”“茶颜悦色”也是纷纷刷新纪录：前者有“一天取号3万个”的记录，后者有游客打“飞的”、坐高铁奔赴而来，只为喝上一口热热的茶饮。素有“湘菜排队王”之称的“炊烟时代小



炒黄牛肉”，更是排队9万桌。

炸炸炸、小龙虾、唆螺、糖油粑粑……华灯初上，爱呷的食客“我带上你，你带上钱”，再叫上亲朋好友，三五人，一张桌，一打啤酒，一聊就是一晚……这样的“深夜食堂”，又何止是吃吃喝喝那么草率的事，它早已成为湖南本土一种活色生香的生活方式，不知不觉中已经被贴上了地域文化标签。无论是湖南本地以“吃货”自居的男男女女，还是来自天南海北的游客，只怕都难以抗拒这个香飘飘的“深夜食堂”哦！