普洱著名的美食有哪些 普洱著名的美食有哪些

普洱知名特色美食推荐

火灰焖鱼

火灰焖鱼是思茅地区少数民族同胞喜爱的一道独特的菜肴，拉祜族尤喜欢这种不用锅灶，胜用锅灶而焖出来的美味。其做法是，将捕到的鱼拿回来后破肚除去杂碎内脏再晾干，将葱、姜、芫荽、蒜、辣椒拌上食盐、味精和少许猪油，塞进鱼肚内，再用嫩芭蕉叶包裹起来，捂进热烫的火灰堆中，焖上半小时即可取出食用，味道醇香可口，散发出一股股浓郁的香气十分诱人。

WWw.soJie。Cn

,

鸡肉烂饭

WWw.soJie。Cn

鸡肉烂饭是普洱地区西盟县佤族待客的上品，是佤族菜谱中著名的一道菜，比稀粥还要稠一些，有经过加工的肌肉混合，它既可以当饭又可以当菜食用，鸡肉烂饭不同于普通米饭，一是比米饭要软的多，二它是饭和菜的稽核吴主要原料还是大米。具有清香酸辣，和胃生津，山野味十足的特点，老少皆宜。

,

凉拌酸蚂蚁

在孟连傣族村寨中，每到暑夏，可以品尝到一道蛋白质极为丰富的佳肴，这就是酸辣爽口，和胃生津，驱暑气、祛病强身的凉拌酸蚂蚁蛋。酸蚂蚁是热带丛林中的一种细长的黄蚂蚁。成虫具有较浓的酸味，它常在竹丛、树垭上筑起比面瓜大几倍的圆巢。春末夏初，蚁巢中大部分是黄豆般大小的蚁卵、洁白如珍珠。其做法是，将蚁巢取下，除去杂质和成蚁，煮熟后加上食盐、辣椒、碎葱头、生蒜泥拌匀后即可食用。酸蚂蚁蛋是世间很小很香的蛋，具有丰富的蛋白质，孟连傣家人常用来招待亲戚朋友，品尝后令人回味。

,

酸笋鱼

WWw.soJie。Cn

酸笋烩鱼是思茅地区普遍流行的一道菜肴，其特点是酸辣鲜爽。其做法是，将鱼去鳞并除去内脏后煎黄，再将酸笋炒熟后放入水中，待煮沸后把鱼放入，并加入葱、姜、辣椒、花椒、味精等佐料即可上桌宴客。

,

鸡豆腐

相传至今已经100多年历史。它的原料主要是鸡肉和鸡蛋。其做法是，用鸡脯肉拿刀背横竖轻轻地反复敲细，拌入适量的淀粉，再将鸡蛋清调匀起花，去其沫后导入敲细的鸡肉轻轻的调，然后加肉没有油的清鸡汤放入锅内文火慢煮，主城水豆腐状后取出，撒上备好的蛋片丝，火腿丝，葱花佐料即成。其状如新鲜猪脑髓，味道鲜而甜，男女老少军均爱吃，营养价值很高。

,

豆汤米干

WWw.soJie。Cn

豆汤米干类似于广东的粉肠，既松软且非常鲜甜的豆汤米干，早已享誉东南亚，凡是来普洱旅游或者出差的人都会吃上一份回味无穷的豆汤米干。该佳肴那悦目的颜色和扑鼻的香味，令人垂涎欲滴，看上一眼就让人立刻想要拿起筷子和勺子尝上一口，而且送进嘴里的每一口的滋味都不一样，让人欲罢不能，所以好多人吃完以后还不过瘾，恨不得立刻清空肚子，再次品尝如此美味。

,

火烧猪

火烧猪是普洱盈江的特色名族名菜，肉质松软，口感好，味道香气浓郁，带有清香，爽滑入口，别有滋味。火烧猪的制作工艺复杂，吃起来口感酥脆，芳香四溢，传统制法保持了猪的原汁原味，纯正而新鲜。当地的人喜欢吃八成熟的火烧猪，据说这样更加嫩更加好吃。搭配所用的酱汁是经过独特配方所调配成的，保证你入口难忘。

.HBC34 { display:none; }