

# 演唱会邂逅美食美景 点燃夏都西宁

本报记者 张艳艳

演唱会来了，歌迷来了！你们正好来到西宁最美的季节，你们正好来到西宁火热的季节！

绿水青山、蓝天白云、湿地丛林、鸟集鳞萃……薛之谦“天外来物”演唱会的热度一浪高过一浪，数万歌迷来到夏都西宁，美食美景与狂欢音乐在这里激情碰撞……

“演唱会经济”热度拉满，更要用好文旅“活力密码”！

这里是大自然美景的交汇点、生态文明的路口，民族文化在这里碰撞的火花随处可见。盛夏的西宁，是灵动浪漫的，这里有西北的空旷、博大，也有诗情画意的静谧、悠然。这个夏季，西宁以美景美食迎接八方来客。

## 3 热度拉满 寻味西宁

各地的“谦粉”们，你们准备好了吗？看演唱会之余，别忘了“宠”好多好吃的！面片、干拌、炮仗、酸奶、甜醅、手抓羊肉、酿皮、羊杂汤……西宁这座“美食之都”，欢迎您来寻味西宁美食！

### ●抓面——西宁人的速食面

西宁人的早晨从一碗“抓面”开始，将羊肠、羊肉、羊肚等放在已经煮熟并用肉汤反复过热的面上，将醋、蒜、韭菜沫、盐等调料拌入面中，并以热汤与面共食，做法简单又美味，是西宁人的速食面。

### ●酿皮——西宁人的灵魂小吃

“酿皮”在青海话里读酿(rá ng)皮，是西宁特色传统小吃，口感细软滑嫩，香而不辣的循化辣子、湟源陈醋，再加上绿油油的韭菜末，光这色相就让人垂涎不已，再尝尝那香辣爽口的味道，实在是让人欲罢不能。

### ●酸辣里脊——西宁人的经典下饭菜

湟源“酸辣里脊”作为“青海老八盘”里的头道菜，一直颇受西宁人的喜爱，把晶莹透亮的汤汁浇在刚刚出锅的干炸里脊上，发出“滋滋”的声响，再配上红红绿绿的辣椒、黑油油的木耳、碎玉般的蒜苗，香气扑鼻，酸辣鲜香，是西宁人的经典下饭菜。

### ●炕锅羊排——西宁人的招牌硬菜

“炕锅羊排”可谓西宁美食里的一绝，肉质细嫩，味道鲜美，在以盛产牛羊而闻名的青藏高原，没人能拒绝一锅令人垂涎欲滴，回味无穷的炕锅羊排。

### ●面片——西宁人的家常面

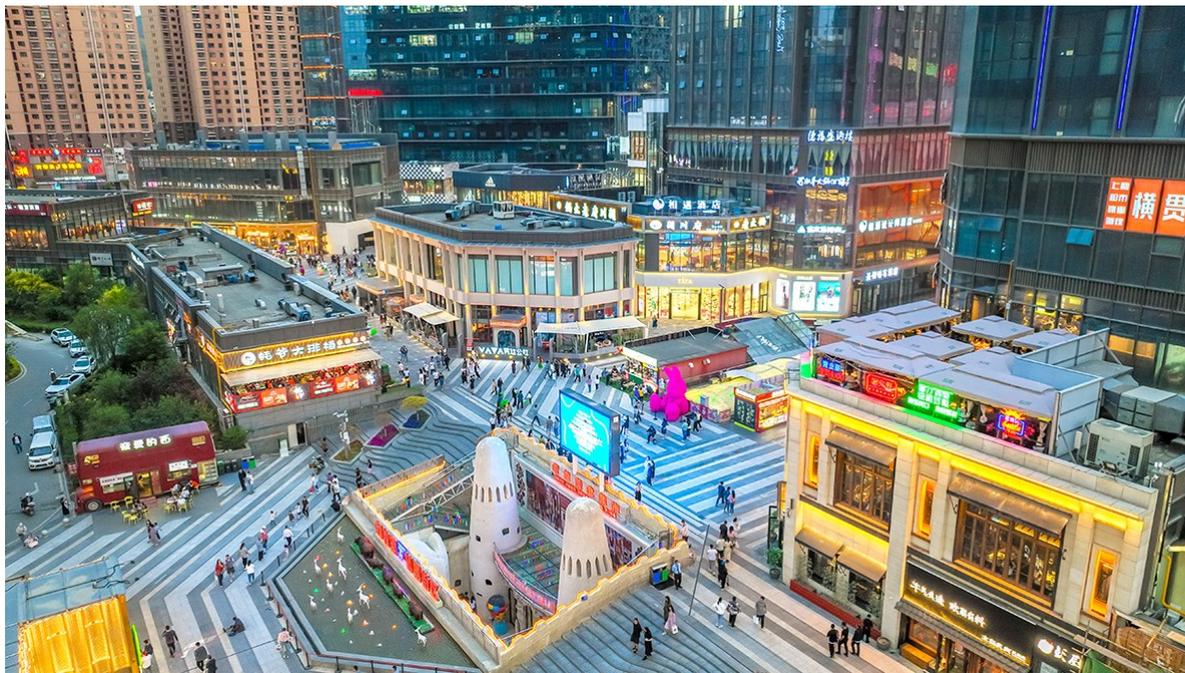
将面揪成指甲状的面片，称之为“尕面片”。“面片”是西宁美食中最广泛而又最常吃的家常面食，也是最具高原特色的传统美食，“面片”在西宁浪山文化中也频频出圈，俗话说只要有锅有面有水，西宁人就能揪上面片美餐。

### ●手抓羊肉——西宁人的宴席必备

“手抓羊肉”是西宁人的宴席必备，肉质香嫩、鲜而不膻、色泽诱人，烹调方式简单易做，只加一小把盐，再放些佐料，经过恰如其分的火候慢炖至肉软烂就能捞起，这样的肉肥而不腻，入口即化，吃起来十分可口。

### ●酸奶——西宁人的夏日鲜爽

在西宁不管是哪个季节，人们的餐桌上一定少不了“酸奶”，实惠的价格、厚厚的奶皮、酸甜的口感，品尝一口便可回味浓浓的家乡味道。



## 1 热度拉满 游在西宁

### ●塔尔寺景区

塔尔寺景区始建于公元1379年，为我国藏传佛教格鲁派(黄教)六大寺院之一，是藏传佛教“格鲁派”创始人宗喀巴大师的诞生地。塔尔寺的堆绣、壁画和酥油花，被称为“艺术三绝”。

### ●青藏高原野生动物园

青藏高原野生动物园是青藏高原唯一的、海拔最高的大型综合野生动物园，是一处集野生动物观赏、保护、科研、繁育、科普教育为一体的国家AAAA级景区和国家级科普教育基地。内建的西宁熊猫馆于2019年6月正式对外开放，占地面积约9000平方米，是目前世界海拔最高、国内最大的单体熊猫

馆。

### ●新华联童梦乐园

新华联童梦乐园位于多巴新城，总建筑面积约170万平方米，是集陆地乐园、丝路小镇、民族风情街、童梦水世界、西宁海洋世界、童梦王国酒店集群等大型室内外游乐设施配套为一体的文旅综合体项目。

### ●高原明珠

高原明珠也称浦宁之珠多功能观光塔，是集广播电视发射、城市规划展览、旅游观光为一体的西宁市标志性建筑，是现代技术与自然景观的完美结合。

### ●青海藏医药文化博物馆

展陈面积约32000平方米，共分三

层，各大展厅根据不同的展示内容，通过环境再现、唐卡雕塑、文物展示、高科技模拟等方式和手法，展示了中国藏医药文化博大精深的丰富内涵，这里是目前世界上唯一一座展示藏医药文化内容的综合性博物馆。

西宁市现有A级景区40家，近年来打造的新华联国际旅游城、野生动物园熊猫馆、博汇温泉游乐园，作为城市旅游文化新地标，为游客提供“世界第三极看海洋”“高原观熊猫”“四季泡温泉”等特色旅游产品；慕容古寨、云谷川小镇、边麻沟花海、千紫缘太空植物博览园、乡趣卡阳户外旅游度假区等特色乡村游成为短途自驾的必然选择。

## 2 热度拉满 逛在西宁

夜幕降临，华灯初上，西宁的夜热闹起来，看完演唱会才是夜生活的开始，逛夜市才是夜晚该有的样子。

### ●豹街

香辣鲜美的烤串、无处不在的“尕豹”、独具特色的文创、火爆现场的表演，众多欢乐元素齐聚！从传统到现代，从经典到创新，风格多样的豹街一定能触动你的心灵。来西宁，总要来一趟豹街吧！

### ●莫家街

莫家街是西宁最古老的街道之一，距今已有六百多年的历史。如今的莫家街是外地游客慕名打卡的街道，这里汇集了各式各样的青海美食，以及青海特产。如今的莫家街是八方宾朋青睐的“首选美食街”，也是保留着西宁人采购习惯的“热门市场”。在莫家街，青海风味的烤羊肉、羊脖子、羊肠面、酸奶、酿皮、炒凉粉、馍馍……各式各样的小吃比比皆是。莫家街夜市，就是吃货

眼中的天堂。

### ●力盟商业步行街

力盟商业步行街文化旅游区为国家AAAA旅游景区，溯源数千年河湟文化内涵，两街交汇，四门辉映，八巷流香，被评为第27条“中国著名商业街”，绝对值得一去。

### ●唐道·637

唐道·637无疑是目前西宁最热闹、最时尚、人气最旺的商业街之一，不信？欢迎你到唐道·637走一走！

### ●大新街夜市

夜色下，这里就是一条香气四溢的美食长廊。青海土火锅、生烤羊排、酸奶、甜醅……从色香味俱全的本地特色小吃到令人垂涎的各地美食，每一个摊位都是一个小小的美食天堂，穿梭其间，将让你的味蕾享受与视觉盛宴同步升级。

### ●全市夜市汇总：

城东区8个：康西一路夜市、万般美

好·盎然新生中惠万达春日潮物集、青铁佳苑便民夜市、宁东集市(原曹家寨市场内)、大空地露营公园夜市(博文路与夏都大街交会处)、曹家寨游乐广场便民夜市、东府佳苑惠民夜市、新千国际广场夜市。

城中区7个：大新街夜市、水井巷商业文化旅游街区夜市、麒麟名都夜市、Ego park全生态情景式主题购物公园夜市(中心广场北扩区)、香格里拉夜市、莫家街夜市、南门大世界夜市。

城西区5个：五矿天地巷子夜市、海湖万达夜市、唐道·637商业街区夜市、力盟商业街夜市、新华联购物中心夜市。

城北区4个：豹街夜市、九洲河畔世家夜市、西钢宽窄街夜市、北川万达青塘街夜市。

大通县1个：花儿步行街夜市。  
湟源县2个：湟源县城关镇石刻广场夜市、湟源县城关镇城台大道夜市。



## 提个醒

演出时间：2024年6月1日(星期六)  
演出场馆：青海体育中心体育场  
检票入场时间：17:30(以现场时间为准)  
演出开始时间：20:30(以现场时间为准)

本版图片均由 海龙 杨司煜 摄