

探秘南京高校秋冬美食江湖 “人气王”是这些

这两天南京的最高气温冲上21℃，不过新一轮冷空气已经在路上，南京各高校食堂纷纷推出“暖胃食单”，暖胃又暖心。现代快报记者梳理发现，搭配羊肉的系列美食被提名为校园的“人气王”“排队王”。

现代快报+记者 李楠
部分内容综合各校官微
图片来自学校、网络截图



南京大学的黄焖羊肉面



东南大学的山药肚条汤



南师大的瓦香鸡

南京大学 黄焖羊肉面提名“人气王”

南京大学的12个食堂，让学生的选择十分丰富。提起近期热度最高的美食，许多学生安利了黄焖羊肉面。有学生在社交媒体上称它为“南大食堂之光”。

要吃黄焖羊肉面，那要去南京大学仙林校区的五食堂，热度高让羊肉面“一面难求”，不仅是食堂的排队王，有学生说11点多档口就贴出“售罄”的牌子，所以想吃的同学得赶早去。

除了黄焖羊肉面，南京大学冬日限定羊肉汤也颇受学生欢迎。

东南大学 冬日养生汤暖胃又驱寒

前不久气温骤降，东南大学沙塘园食堂的厨师长推出暖冬套餐：红烧羊肉套餐和番茄牛腩套餐。此外，还定制了多款冬日养生汤，包括山药肚条汤、萝卜羊肉汤、枸杞母鸡汤，好喝又营养，滋补不油腻。

该校梅园食堂一楼还将夏季酸梅汤改为冬季特饮“红枣枸杞茶”，免费为师生提供。

莘园食堂则推出暖冬系列砂锅、锅仔，既有驱寒补气的牛羊肉锅仔，也有口味丰富的各色干锅，暖身又驱寒。

南京师范大学 瓦香鸡让代代学子忘不了

瓦香鸡、椒麻鸡拌面、酱香猪蹄、番茄烫、玉米排骨汤、猪肚饭

……在南京师范大学，一周美食可以不重样。在众多学子提名的食堂美食中，最受欢迎的是瓦香鸡。

干脆爽口、香辣四溢的瓦香鸡是一代又一代南师学子的校园记忆，就连毕业多年的校友也会想念那口熟悉的味道。

南京信息工程大学 校园里就能畅吃八大菜系

秋季新学期，南京信息工程大学的六个食堂焕新归来。除了颜值高，食堂引入多种地方菜品与美食品牌。现代快报记者了解到，南信大的六大食堂共引进各地特色风味91家。鲁川粤苏闽浙湘徽……八大菜系在这里畅吃，多种地域特色的菜品满足学子们的味蕾。

天冷了，最受学子们青睐的是美食城二楼的砂锅粥。冬天或下雨等寒冷潮湿的天气里，喝上一碗热气腾腾的砂锅粥，幸福感爆棚。

南京工业大学 为了吃到美食不怕排队

寒冷的冬天和热气腾腾的羊肉粉最般配。在南京工业大学东苑第一学生食堂贵州羊肉粉窗口，爆款传统美食贵州羊肉粉，吸引了超多学生光顾。

此外，该校景兴苑第一学生食堂的猪肚鸡味道鲜美，肉质软嫩，带有浓浓的药材味和胡椒香味，营养价值也非常高，深受同学们喜爱。

北苑学生食堂的徐州把子肉肥而不腻，多姿多味，看着就让人垂涎；南苑学生食堂的黄焖鸡米

饭，味道美妙，肉质鲜美嫩滑，入口爽滑弹牙。即便就餐时排老长的队，同学们也依然果断地选它。

皮酥、汁浓、肉香、精巧，轻咬一口，肉香、油香、葱香、芝麻香在口中久久不散，象山学生食堂的生煎包带来的美味可以覆盖一日三餐，吃上一锅刚出炉的生煎包，美味又营养。

南京晓庄学院 美食圆了舌尖上的思乡情

锅中起油，姜蒜爆香，加上几个小米椒，待到鸡肉鲜嫩爽滑，汤汁咸香浓郁时，起锅放上几片绿油油的青菜，菜叶中吸满锅底的汁水，土豆片也被炸得金黄酥脆，这道黄焖鸡是南京晓庄学院学子最爱的美食之一。

降温后，来一碗热气腾腾的南昌拌粉，是晓庄学子的日常。一碗拌粉，不仅抚慰着大家的肠胃，也填满每一个南昌孩子思乡的心。

南京工程学院 羊肉粉肉夹馍是冬日专属

糖炒栗子、烤红薯、冰糖葫芦……近日，南京工程学院上新超多“甜蜜蜜”的美食，也增加了羊肉粉、煎饼、肉夹馍、瓦罐面等“暖乎乎”的美食。

在醇香的羊肉汤里下一把米粉，汤头鲜甜、粉条爽滑，粉上再放上大片羊肉，在冬天大口吃肉是件很幸福的事情。

冒着热气的羊肉粉，搭上一份裹着脆饼肉肠的杂粮煎饼，是许多南工程学子的冬日限定快乐，碳水加养生汤，就这样一口一口地把寒气“吃掉”。



南京工程学院的羊肉粉



南工大的贵州羊肉粉

▼南京晓庄学院的南昌拌粉



2021年高考结束，他从家乡郑州骑往泰山；2022年大一暑假，他骑过川藏线上14座大山，到了拉萨；2023年暑假，还是那辆自行车，他从哈尔滨南下天津，再从内蒙古到达蒙古国首都乌兰巴托……这个“追风少年”叫郑铭尧，南京审计大学2021级税收专业学生。

通讯员 张婧怡
现代快报+记者 于露
图片来自学校官微



郑铭尧的装备



露营地拍到的美景

南审的“追风少年” 骑自行车去拉萨、乌兰巴托



在骑行途中的郑铭尧

自小与骑行结缘，旅程靠毅力抵达终点

郑铭尧喜欢骑行要从小时候说起。那时，他和弟弟骑自行车出去玩，发现平时乘汽车才能到达的地方骑自行车也能到。“那种感觉很奇妙，仿佛只要我一直骑下去，就能到达更远的远方。”骑行去远方的想法，正是那时萌芽的。

2021年，结束高考的郑铭尧开

启自己的第一段骑行之旅。“当时想到了李白‘五岳寻仙不辞远，一生好入名山游’的诗句，就有了骑行去泰山的想法。”

不熟悉的路况，没有信号的农田、呼啸而来的大卡车……第一次骑行之旅困难重重。与此同时，他的身体也出现不适应，屁股疼、腿疼、手腕疼。尽管不算很成功，但这趟行程给他积累了经验和勇气。

每次骑行前，郑铭尧都会提前规划好路线，“哪里有村镇、哪天要

露营，我都会计算好。每次出发我都会备好厚衣服、雨衣、帐篷、睡袋、打火石、野炊锅这些物品，还要多带几条备胎。车出了小问题，我都是自己修好的。”

郑铭尧说，骑行除了带来身体上的酸痛，温差、体力都是要面对的问题，“体力再好的人也坚持不了几天，靠毅力才能坚持到终点。”

参加藏族婚礼、与骑友畅谈，收获多多

山高路远，在深蓝的画卷中看白云翻腾；寒风凛冽，路旁的积雪勾勒出公路的轮廓。骑行的路上，郑铭尧感受到很多美好。

大一暑假，他骑行去拉萨途中住在一家山中旅馆。旅馆里恰巧有一对新人结婚，他受邀参加婚礼。“那是我第一次参加藏族婚礼，深刻体会到当地人的热情好客。”

翻越东达山途中，郑铭尧在路边休息时遇到一对卖花的姐弟俩。两人都不大，他还教了姐弟俩一些推销的“话术”。告别之际，姐姐送了郑铭尧一朵开得最好的花。

前往乌兰巴托的路上，郑铭尧陷入大片荒漠，除了周围不时可见的壁虎、蜥蜴等，不多的水和食物让他发愁。第三天，极度口渴的郑

铭尧正缓慢骑行，一辆停在不远处的车对他按喇叭，车主大声招呼他过去。“车主是当地人，他给了我一瓶冰可乐，对于一个一天多没喝水，还在荒漠中骑行的人来说简直是天大的帮助！”郑铭尧说，这一路上得到许许多多陌生人的帮助，收获了许多感动。

他还遇到过一名意大利骑友，骑友分享了未来想在中国骑行的愿望。“他说他今年44岁，我说我今年19岁，他说很佩服我。”郑铭尧说，能在异国他乡遇到有共同爱好的骑友，感觉非常美妙。

开拓了心胸和眼界，让他更好地规划人生

“在学校，我会和朋友一起学习。而骑行时，我是一个人，一开始很不适应，但习惯了就会享受这种孤独。在自己喜欢的的时间里，按照自己喜欢的方式，去做自己喜欢的事。”对于郑铭尧来说，骑行开拓了自己的心胸和眼界，让他更好地思考想要什么，规划人生。

下一个目的地是哪儿？郑铭尧说，也许是亚马逊雨林，也许是撒哈拉沙漠，也可能是未完成的新疆行，“只要怀着一颗充满热爱和向往的心，脚步就永远不会停止。”