

——700多年前，意大利著名旅行家马可·波罗曾游历泰州，他赞叹泰州的精致、舒适，给泰州留下了一张经典名片：“这城不很大，但各种尘世的幸福极多。”

汉唐古郡 淮海名区 走进中国早茶文化地标城市 泰州



留芳茶社

有这样一座城，依偎在长江之畔，以独有的娴静温婉与厚重深邃，诉说着千年风华，这就是拥有2100多年建城史的泰州，兼融吴楚越之韵，汇聚江淮海之风，素有“汉唐古郡，淮海名区”之誉。千百年来，泰州的古城河——凤城河景致如画，城河环绕的古城泰州，风调雨顺，安定祥和，被誉为“祥泰之州”。这里“儒风之盛，素冠淮南”。王良的泰州学派，提出了“百姓日用即道”的民本思想；施耐庵的《水浒传》，迸发着“风风火火闯九州”的万丈豪情；郑板桥的“诗书画三绝”，彰显着“一枝一叶总关情”的为民情怀；梅兰芳的梅派京剧，展示了“跻身世界戏剧之林”的东方魅力。在这文脉悠长、人文厚重的土地上，代表着泰州人民生活方式的早茶文化应运而生，这种文化已经延续了数千年，成为泰州人民日常生活中不可或缺的一部分，并成为这座城市文化的一个重要象征。

“烟火”千年，“三宝”慰平生

“早上皮包水、晚上水包皮”是泰州人民幸福惬意生活的形象描绘，蕴含着泰州地区丰富的生活韵味和深厚的文化底蕴。“早上皮包水”说的是在泰州，吃早茶是一道随处可见的民生风景，三五亲朋热闹在一片热气氤氲中，享受早茶美味的同时，联络感情、招待贵客。“晚上水包皮”形容的就是早上品一顿叹为观止“饮茶如筵”的美味早茶后，最惬意的是晚上再来个搓背、热汤、悠闲放松的泡澡，这种解乏舒适统统解释为“晚上水包皮”。“早上皮包水、晚上水包皮”勾勒出热气腾腾的人间烟火，绘就了泰州这座城市“水城慢生活”的悠闲画卷。远看是风景，近看是生活，深看是文化，闲适间勾勒出“早茶文化美食地标城市”的灵魂，根植于民，生机无限！



泰州茶馆



泰州早茶

泰州早茶，二分天下居其一

据《人文广州丛书》介绍，中国早茶文化一共有两脉，一是以泰州扬州为代表的苏式早茶，另一是以广东为代表的广式早茶。两种早茶都具有鲜明的地域色彩，从诞生后都经久不衰，不断演变丰富，融入百姓的日常生活。

泰州早茶，以优美的环境、丰富的食材、超百万的铁杆“粉丝”、超15万人的从业大军，演绎了烟火2000年的厚重历史。

源于商贾，延续百年兴旺

泰州地处江淮平原鱼米之乡，是大运河的必经之地。西汉吴王刘濞在泰州一带煮海为盐后，泰州成为重要的盐产地和集散地，清代泰州盐税占中国盐税总额的1/4；稻河两岸集中了近三千家粮行、油坊，茶馆成了人们洽谈生意、交换信息，游客歇脚、解乏、果腹的好去处。因此，早茶从一杯清茶，发展成为品类众多的民间休闲饮食。吃早茶的习俗渐渐弥漫开来，泰州早茶文化由此应运而生、经久不衰、演变丰富，并逐步融入百姓的日常生活。

经过千年沉淀，历史上涌现了富春茶社、海陵饭店、功德林、荣华楼、西音饭店等一批有名的“老字号”早茶店。时至今日，仍有3家百年老店依然生机勃勃。始创于1877年（清光绪三年）的泰州富春茶社，比扬州富春茶社开张还要早8年；源于1876年（清光绪二年）创办的顺兴楼（今兴化养和园又名颐斋），至今已有147年历史，与南京奇芳阁、苏州松鹤楼、镇江宴春、扬州富春茶社同为“江苏老店”；创办稍晚的泰兴仁和楼，距今也有126年历史。

时至今日，泰州早茶，如火如荼。经过一代又一代泰州早茶人的传承，泰州全市约有15000多家早茶店，每天干丝和面条的销量分别可达10万斤。其中，尤以海陵的留芳茶社、会宾楼、富春、文旅古月楼以及靖江的南园宾馆、泰兴的仁和楼、兴化的养和园为代表，深受老百姓欢迎。在被誉为“苏中第一小吃街”的老街上，早茶店集聚度最高。600多米长的街内有文旅古月楼、留芳桃园里、海棠春、棠小馆、茗者居等知名早茶店。

早餐皇后，逾百类珍馐美馔

泰州早茶有150多个品种，被称为“早餐皇后”。茶点分冷菜、干丝、面点、面食、蛋类、饼类、粥类7大类。做法考究，有蒸的、煮的、炒的、炸的、拌的、烤的，式样众多；色彩斑斓，红的、绿的、黄的、白的、紫的……美不胜收。

包子有蟹黄包、肉包、菜包、豆沙包、萝卜丝包、秧草包、三丁包等，笼屉大，分量足，体现了泰州人的实在。面有鱼汤面、麻油虾干拌面、雪菜肉丝面、青椒虾仁面、蚬子韭菜面等，碗碗有乾坤，风味各不同。

饼有黄桥烧饼、油擦烧饼、涨烧饼、荞麦饼，薄的如纸张，酥的满口香。

早茶品种也具有地域特色。靖江有被列入江苏省级非物质文化遗产的蟹黄汤包，泰兴有宜堡小馄饨以及被称为“泰州咖啡”的棍子粥。兴化早茶中的粉丝肉圆、米饼夹油条、煮撒子别具风味。“姜堰早茶数溱潼”。古镇溱潼喝早茶历史悠久，早茶中的金丝卷、甜饼、咸饼、春卷、米糕、糍粑、水晶包都很有地方特色。此外，梁徐街道的董记牛肉面、大伦镇热气腾腾的羊肉汤、张甸镇的小杂粮营养粥、蒋垛镇黄灿灿的手工烧饼、俞垛镇的牛肉粉丝……一道美食就是一个故事、一段历史、一种精神。

早茶三宝，泰州早茶里的明星

泰州早茶广为人知的是“一茶三点一面”。茶水之外，“一茶”是五味干丝（也称茶头）；“三点”是包子、蒸饺、烧卖，美其名为“日月星辰”；一面是鱼汤面。其中，五味干丝、蟹黄包、鱼汤面又被称之为早茶三宝，

早茶不仅仅是泰州人对美食的追求与向往，也赋予了一种别样的生活仪式感。泰州早茶，讲究的是一份慢慢的“悠闲”。一到早上，大大小小的早茶店里熙熙攘攘，坐着的不紧不慢地品味，站着的悠哉游哉地等候，说话声、吆喝声、曲艺声，甚是热闹。

早茶席上，一碟烫干丝，一笼日月星辰，一碗鱼汤面，一杯福香茶……迎接一个美好的清晨；包厢内，一顿像样的早茶，相当于吃一顿酒席，一顿早茶食出来“饮茶如筵”腔调十足的仪式感。

人们在一壶清茶的芳香和丰富茶点的世界里，谈生意、聊家常、论婚嫁、赏雅韵。亲戚聚会、游子归乡、有朋自远方来，必定要安排一顿具有传统仪式

感的早茶。

烟火泰州，早茶如画，每一口都是幸福的味道。

醉美泰州，水韵凤城，欢迎您来邂逅尘世幸福。

“泰州早茶 早来泰州”，泰州这座历史与现代交织、自然与人文共融的千年古城、汉唐古郡、淮海名区，幸福水天堂，泰州等你来。

中国江苏

Jiangsu China

联系电话: 0086-25-58680315

E-mail: xhbw@xhby.net

欲知更多新闻，请浏览新华报业网 (www.xhby.net)，或扫描右侧二维码浏览中国江苏网。



凤城河夜游

中国AAAA级旅游景区——凤城河风景区位于泰州市城区中心，景区以望海楼为中心，与桃园、老街交相呼应。望海楼始建于宋代，无数文人骚客为其留下了珍贵的墨宝。图为望海楼石舫上正演出昆剧《桃花扇》，引游客纷纷驻足。



早茶三宝

这也是泰州老百姓早茶必点菜品。

五味干丝，位列三宝之首，浓缩了剠干丝和小磨麻油两项非物质文化遗产技艺。其中，剠干丝技艺是一项非常讲究刀工的传统技艺，所用豆腐干约厚2.7厘米，先用“月牙刀”横着削成厚薄均匀的20多层，再斜铺切成丝，可谓“薄如纸、细如丝”。这些细丝，反复烫上三次，挤干水分后，叠入盘中，撒上姜丝、香菜、胡萝卜丝、花生米、榨菜丁，浇入调料，入口有“软、滑、糯、嫩”四大特点，味道美极了。

蟹黄包，俗话说“吃遍天下百样菜，不如水中一只蟹”，满满的蟹黄，黄澄澄的，蟹油浸透松软又不失韧劲的面皮，咬一口，蟹黄与蟹肉交织的鲜美暴击，那感觉，用句最经典的泰州话来说：没得命~打个巴掌都不丢口啊。

鱼汤面，精髓在“熬”，泰州人将黄鳝鱼骨加上野生小鲫鱼、大骨头等混合熬制成鱼汤，汤汁醇厚得不见碗底，抿上一口，味美香浓，口舌生津。倘若不小心把汤汁滴到餐桌上，鱼汤瞬间会凝结成一个水珠，用嘴吹拂，水珠还会向前滚动，因此鱼汤面也被趣称为“龙滚珠”。

供稿单位：泰州市侨办、泰州市文化广电和旅游局、泰州市文旅集团

责任编辑：沈峥嵘