

# 识味香港 一日三餐

文 / 大米

在香港这座城市，美食从不只为了果腹，而是承载着一代代香港人的日常与情怀，也讲述着一个城市如何在时光中保留本味。你或许来过香港无数次，但下一次，不妨放慢脚步，按这个顺序，从早餐吃到深夜。让这座城市的四重滋味，成为你旅途中最难忘的章节。

## 早餐档口：联发茶餐厅

用 comfort food 开启一天的暖意

📍 九龙



如果你要问一个香港人，什么叫 comfort food？也许答案并不统一，但一碗热腾腾的“滑蛋叉烧饭”绝对榜上有名。在联发茶餐厅，这道平凡却精准的组合，靠炒蛋的金黄浓香、叉烧的蜜汁焦香和洋葱的微微甜辣，共同奏出日常的第一道安心旋律。

这家老字号据说也是周润发夫妇的常驻饭堂，名副其实的“星级饭堂”。除了经典滑蛋叉烧饭，另一道“漩涡蛋包西炒饭”则以如黄玫瑰般的蛋皮俘获人心，水润带光、蛋味浓郁，是浪漫的家常料理。沙嗲牛出前一丁也是隐藏名物，汤底香浓不腻，面条柔韧，是那种“下雨天+疲惫夜”的治愈美食。对于香港人而言，吃的不只是菜，是一种熟悉与陪伴感。

### Tips:

- 滑蛋叉烧饭每天限时供应
- 冰奶茶也是必点
- 餐厅只收现金

## 午后回忆：兰芳园

一杯丝滑奶茶，喝出港味年代感

📍 中环



兰芳园，这家香港奶茶界的“祖师爷”，以首创“丝袜奶茶”闻名，一入口就顺滑浓厚，留香持久。所谓丝袜，是一种将茶汤过滤得极致顺滑的技法，让奶茶的香浓度与丝滑感达到一种理想平衡。

走进兰芳园，你会被那绿色铁皮排档击中回忆。一杯奶茶、一份猪扒包，这个组合像极了香港电影里的定格镜头——你在翻阅它的旧故事，它在续写你的新日常。这里的猪扒包同样知名，外酥里嫩、调味恰到好处，配上奶茶刚刚好是个完满的港式中场休息。

### Tips:

- 猪排包往往很快售罄，记得早去报到
- 本地人会建议“丝袜奶茶+鸳鸯+猪排包”组合

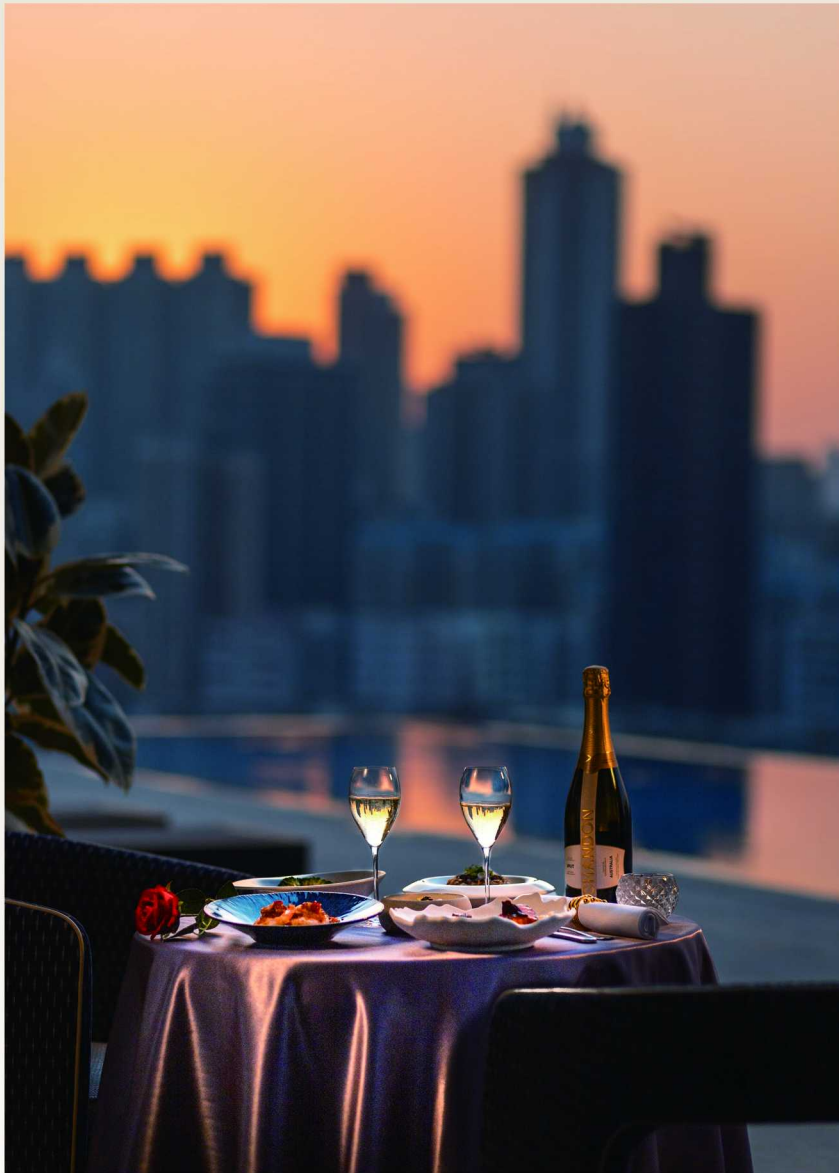


## 黄昏海景：露台餐厅

The Verandah

张爱玲的浪漫，下午茶仪式感

📍 浅水湾



下午茶时间，匆匆离开市中心，风和日丽的浅水湾就像犒赏旅程的绿洲。露台餐厅位于拥有“影湾园”的核心位置，木质雕花、天花板吊扇、拱窄窗户……每一处都散发老香港的优雅气息。

当然，这里也不止是浅水湾的视觉地标，更是张爱玲笔下的意象之所。《倾城之恋》里，男女主的爱情在这里缓缓铺陈，而现实中的露台餐厅，也的确像极了一个时代的浪漫布景。多年来，餐厅的菜单设计、餐具选择、服务细节等，都融入了对历史的尊重与传承，吸引着一代又一代的食客，也成为香港的传奇。

下午茶是它的王牌——点心架上，造型精致的马卡龙、口感绵密的蛋糕、酥脆香甜的曲奇饼干、经典的三明治、迷你汉堡、

## 夜幕高空：Jin Bo Law 空中酒吧

把鸡尾酒变成城市地图

📍 启德

夜幕降临，天际悄然变色。Jin Bo Law 是从伦敦走红后来到香港的首家海外店。酒吧位于香港启德帝盛酒店15楼，落地玻璃窗外正是启德主场馆和九龙新天际线的迷人组合。

Jin Bo Law 空中酒吧以城市为灵感，把每杯酒都变成一段旅程，既有采用了白酒为基底的特色酒单，也有以亚洲机场命名的独到风味，将中西文化混搭做得刚刚好。“YY”用茅台与特浓咖啡融合，在鸳鸯基底上混搭出不按套路的港式浪漫；本地风味的“HKG”用NIP本地琴酒和陈皮柑橘酱调制，清爽中带点复古情怀。

酒吧户外则是别具一格的露天泳池，夜色在杯中摇晃，城市的节奏在这里慢了下来，也是感受香港夜生活的另一种打开方式。

### Tips:

- 平日晚间有 Happy Hour
- 楼顶泳池也很出片



烟熏三文鱼卷等整齐排列；茶饮则来自世界各地，从大吉岭红茶到特色花果茶一应俱全。露台看海，耳边是海浪和风，眼前是甜点和茶，一顿下午茶在这里，像是聆听了一场关于香港历史与情感的交响乐。

### Tips:

- 周末下午茶建议提前预约
- 除了下午茶，餐厅的正餐同样很出色，融合菜色值得一尝