

2025泉州美食研学营走进鲤城区

# 解锁“刺桐宴” 走读泉州味



花开“刺桐宴”，烟火醉古城。7月16日，2025泉州美食研学营走进鲤城，以“刺桐宴”为主线，解锁古城美食密码。

在泉州酒店，小记者们被精美的“刺桐宴”菜模吸引。中国烹饪大师、福建闽菜大师、泉州酒店温陵厅总厨陈恒锡现场讲解，让小记者们得以初窥“刺桐宴”精髓。作为“刺桐宴”故事撰稿人之一，华侨大学旅游学院旅游实验中心副主任、泉州美食经济研究基地副主任丁鑫老师则从文化脉络切入，深入解读了“刺桐宴”背后的深厚底蕴。

在陈恒锡大师和酒店厨师团队的指导下，小记者们投入到包制“刺桐宴”特色甜点——古法碱水粽的环节中。捻叶作舟、填米为馅，现场秒变“包粽子大赛”。活动的压轴戏自然是舌尖上的盛宴，小记者们品尝了“刺桐宴”代表菜品：“犀牛望月”“金砖盛世”“一片冰心”“高粽状元”……一道道色香味形俱佳的菜肴不仅征服了大家的味蕾，更让小记者们直观感受到了“刺桐宴”的独特魅力。

2025泉州美食研学营由泉州市申创世界美食之都办公室、泉州市商务局指导，泉州晚报社主办，泉州市学生记者团、泉州味道美食矩阵承办，泉州美食经济研究基地、泉州市餐饮烹饪行业协会协办。本场活动得到了鲤城区商务局、泉州酒店、鲤城区餐饮协会的大力支持。接下来，泉州美食研学营将持续开展，循着“一县一桌菜”的味觉地图，带领更多参与者深入探寻泉州美食的精髓。

融媒体记者 傅蓉蓉 林婕茹 尤艳萍 文/图



中国烹饪大师陈恒锡为小记者们介绍“刺桐宴”菜模

## ★和“刺桐宴”的约定

□小记者 苏羿霖  
(泉州东海湾实验学校四年级)

走进酒店，“刺桐宴”菜模精致得让人挪不开眼。活动中，最让我兴奋的是学包碱水粽。我学着陈大师的样子，先把粽叶折成漏斗形，舀一勺糯米放进去，再用手指压实。可糯米总像调皮的小精灵，从粽叶缝里溜出来。陈大师笑着帮我把粽叶收紧，再用线绕圈系紧，一个胖乎乎的粽子就诞生啦！我越包越熟练，最后竟然包了三个，虽然歪歪扭扭的，但我得意极了。

品尝“刺桐宴”时，我先夹了块黄金炸豆腐，外皮炸得金黄，咬一口，咯吱响，里面嫩得像布丁。旁边的海蜇亮晶晶的，嚼起来脆生生的，带着点酸溜溜的醋。活动结束，我摸了摸肚子，里面不仅装着美食，更装着我和“刺桐宴”的约定：下次我要带爸爸妈妈来，告诉他们“刺桐宴”里藏着泉州的温柔。

(指导老师:章玲)

## ★世遗泉州的味觉日记

□小记者 林荣铭  
(泉州东海湾实验学校四年级)

活动中，陈恒锡大师为我们介绍了“刺桐宴”菜模。你瞧，“金砖盛世”的造型像极了德济门城墙，“海上明珠”则藏着人们对美好生活的祈求……现场，我们还体验了古法碱水粽制作：用两片粽叶包裹着新鲜的糯米，煮熟后，撒上白糖，软糯弹牙、好吃不腻。

“刺桐宴”不只是美食，更是世遗泉州的味觉日记。泉州正在申创“世界美食之都”，作为小记者，我要把古城舌尖上的故事讲给更多人听。

(指导老师:时晓萍)

## ★幸福的味道

□小记者 苏晨茜  
(泉州东海湾实验学校五年级)

泉州有个别名，叫“刺桐城”。每当刺桐花开，整座城都笼罩在绚烂的花海中，所以有了“刺桐城”的美称。



今天，我们跟随研学营的脚步，一起探秘刺桐古城的“刺桐宴”。

迈进酒店大门，栩栩如生的菜模映入眼帘，“刺桐宴”的每道菜都有个好听的名字，比如“刺桐花开”，它还搭配着美妙诗句“刺桐花下月影岁，郎姆微醺百香醉”。再看“金榜题名”，它由猪蹄烹饪而成，猪蹄谐音“朱提”，寓意“金榜题名”。还有“鱼跃龙门”“满城金甲”“玉线银丝”……每一道菜都像文化使者，传递着泉州的美食文化。我们还学习了包碱水粽，包好煮熟后，咬上一口，满满都是幸福的味道。

(指导老师:王禄英)

## ★历史与文化的载体

□小记者 蔡思颖  
(鲤城区第三中心小学五年级)

通过陈大师的讲解，我对“刺桐宴”有了深入的了解，“刺桐宴”不仅是美食的集合，更是泉州历史与文化的综合载体，传递着泉州的开放包容和人们对美好生活的追求。比如冰镇醋猪手寓意“金榜题名”，“满城金甲”融合了南洋风味，名为“刺桐花开”的凉菜则摆出了刺桐花的造型。我们还现场学习包碱水粽。我将粽叶折成漏斗状，装入糯米，再向下一折，用绳子捆绑固定。这有高“粽”状元之意的粽子口感软糯，蘸上白糖或是蜂蜜，味道香甜，十分美味。

欢迎大家来泉州游玩，品尝泉州美食，感受泉州美食的文化底蕴！

(指导老师:吕雪倩)

## ★粽香里的刺桐味

□小记者 蔡沛洋  
(泉州市晋光小学三年级)

“刺桐宴”的每道菜都有个文雅的名字，如“紫气东来”“长天一色”。活动中，我们还跟着陈恒锡大师学习包碱水粽。陈大师可厉害了！只见他三下五除二，一眨眼就包好了一个粽子。我也拿起粽叶折了折，装上糯米，正要绑绳子时，粽子竟然散开了，米掉了出来。第二次，我小心翼翼地把两片粽叶整齐叠好，折成漏斗状，装上糯米后轻轻晃了晃，让米“躺平”，接着用绳子绕了几圈，打了个紧实的结。我一鼓作气又包了一个，把两个串起来，看着它们像小风铃一样晃悠，我心满意足地笑了。粽子煮熟后，咬上一口，清甜可口。这时我明白了，泉州的味道就像这粽子，慢慢包，慢慢蒸，香味才能传得更远。

(指导老师:曾惠兰)

## ★一席刺桐宴 千年泉州味

□小记者 王书艺  
(泉州东海湾实验学校四年级)

陈恒锡大师和丁鑫老师生动的讲解犹如一把钥匙，打开了我们通往“刺桐宴”的大门，最令我惊叹不已的是“东壁龙珠”的故事。开元寺东塔旁曾有一座古东壁寺，寺内有几株龙眼树，果实饱满清甜，被称为“东壁龙珠”，泉州名厨慧眼识珠，将这个品种的龙眼作为主料，创作出这道独具泉州特色的佳肴。“刺桐宴”的8道前菜还巧妙地对应了鲤城的8个世遗点，而11道主菜既有山珍的醇厚浓郁，又有海味的鲜甜清爽，更有古城独特的烟火气。最后3道甜品：“高粽状元”“海上明珠”“源远流长”则寄托着泉州人对美好生活的追求。

我要把“刺桐宴”的美味故事讲给更多人听，让大家共品独一无二的泉州味道。

(指导老师:林真珠)

## ★品味千年风华

□小记者 费奕文  
(泉州东海湾实验学校五年级)

踏入酒店，陈恒锡大师热情地领着我们参观“刺桐宴”菜模，“刺桐花开”“长天一色”“一片冰心”……这些动听名字的背后藏着怎样的故事呢？丁鑫老师为我们揭开了谜底。原来，每道菜品背后皆有典故。就如“刺桐花开”是用百香果肉作为主料，精心摆成刺桐花状，造型与名字相得益彰。更令人惊叹的是每道菜品还有对应的诗句，“山野清风拂翠笋，绿意盈盈入膳炉”“双塔凌空映月明，香芋绵软桂花凝”，让菜品增添了文化的韵味。

“刺桐宴”就像一把钥匙，打开了古城千年风华的大门，让我对泉州的美食和文化有了更深的认识和热爱。

(指导老师:黄雪玲)