

这盘辣椒炒肉，三登央视凭什么？

文/本报记者 婉君 图/本报记者 倪铭

在徐州的大街小巷，总有一道菜，不分早晚、不分场合，只要端上桌，就能让人心头一暖、胃口大开——它不是什么山珍海味，也没有复杂的摆盘，就是一盘平平无奇，却能刻进徐州人DNA里的辣椒炒肉。而在众多徐州餐馆里，有一家店，凭着这一道菜，硬生生走上了央视舞台，而且一登就是三次，它就是陈一道辣椒炒肉。

用最朴素的滋味 征服了央视的镜头

这盘辣椒炒肉，到底有什么魔力？能从市井餐桌，走进全国观众的视野，能让徐州人念念不忘，也能让外地食客一尝就沦陷？

提到央视报道，我们总觉得是遥不可及的“高大上”，但陈一道的这盘辣椒炒肉，却用最朴素的滋味，征服了央视的镜头——没有夸张的宣传，没有刻意的包装，只有实打实的味道和藏在背后的用心。

2020年，CCTV-1《生活圈》聚焦徐州家常菜的家味传承，镜头对准了陈一道，记录下这盘辣椒炒肉里的本土温度，让全国观众看到，徐州家常菜的烟火气，藏着最动人的生活力量。

2023年，CCTV-10《探索·发现》专门解析这道招牌菜的秘诀，从辣椒的选择到猪肉的部位，从火候的把控到调味的分寸，每一个细节都透着“匠心”二字，让人们读懂，一道家常菜的极致，从来都藏在不将就里。

同年9月，CCTV-2《生财有道》再次关注它，在徐州伏羊节的热潮中，这盘辣椒炒肉与伏羊特色菜相得益彰，既展现了徐州饮食文化的活力，也证明了好味道，从来都能经得起市场和时间的检验。

一盘辣椒炒肉 藏着徐州人的性格与情怀

徐州人是什么样的？直爽、热情、实在，不玩虚的，就像这盘辣椒炒肉。

没有精致的摆盘，没有花哨的噱头，端上桌就是满满一盘——肥瘦相间的猪肉，煸得焦香冒油，吃起来不柴不腻。本地新鲜的辣椒，辣得痛快却不呛喉，脆嫩爽口。简单的酱油提鲜，少许盐糖调味，还原食材最本真的滋味，这就是徐州人最爱的“实在味”。

对于徐州人来说，这盘辣椒炒肉，从来都不只是一道菜。

它藏着徐州人的烟火日常，藏着中国人最朴素的情感——无论走多远，无论过得好不好，最想念的，永远是这口接地气的家常味。



▲陈一道辣椒炒肉把家常味做到了极致。

把一道菜做到极致 就是最好的底气

如今的餐饮市场，五花八门的菜品层出不穷，各种网红美食轮番登场，却很少有像辣椒炒肉这样，能一直火、一直被人喜爱的家常菜。

陈一道能凭着这一盘菜站稳脚跟，甚至三登央视，核心只有一个——不将就，做极致。

选肉，只选新鲜的土猪肉，肥瘦比例严格把控，多一分肥则腻，少一分瘦则柴，每一块肉都要经过仔细挑选，确保口感最佳；选辣椒，只选本地新鲜的线椒和螺丝椒，不催熟、不打蜡，保留辣椒最原始的鲜辣香气，炒出来脆嫩不软烂。火候，更是重中之重，大火快炒，让肉的焦香和辣椒的鲜香充分融合，炒出独有的“锅气”，这是机器炒不出来的味道，也是老徐州的味道。

没有复杂的调料，没有繁琐的步骤，就是这份“用心”，让这盘辣椒炒肉，在众多菜品中脱颖而出。它告诉我们，餐饮的本质，从来都不是花里胡哨的营销，而是实实在在的味道，能长久留住食客的，从来都不是一时的热度，而是刻在骨子里的匠心。

就像徐州这座城市，不张扬、不浮夸，却有着自己的底蕴和力量；就像徐州人，实在、热情，用最真诚的态度对待生活。这盘辣椒炒肉，就是徐州城市气质的最好缩影——平凡，却不

平庸。朴素，却有力量。

我们总在追逐山珍海味，总在寻找新奇美味，却忘了，最动人的味道，从来都藏在平凡的烟火里。

陈一道的这盘辣椒炒肉，没有惊天动地的故事，没有华丽的辞藻去形容，却用最朴素的滋味，温暖了无数人的心；它三登央视，不是因为有多耀眼，而是因为它承载着徐州的饮食文化，承载着中国人对家常味的眷恋，承载着一份不将就的匠心。

来徐州，一定要吃一盘陈一道的辣椒炒肉。

吃的不只是一口肉、一口辣椒，更是徐州的烟火气，是徐州人的热情与实在，是藏在这盘菜里的，最动人的家乡情怀。

毕竟，人间至味，不过家常。而徐州的味道，就藏在这一盘热气腾腾的辣椒炒肉里，藏在每一个热爱生活、坚守味道的人心中。

愿我们都能在烟火气里，吃到喜欢的味道，遇见温暖的人，守住心底的热爱。



▲▼央视节目公开画面。



扫码看视频



大火快炒，让肉的焦香和辣椒的鲜香充分融合。