**山肴与野蔌 尤堪快朵颐**

美食，是太极武陵独具魅力的核心吸引物。而太极武陵的美食特色，概括起来就是一句话：山肴野蔌之珍，原生质实之美。

**诱人的森林蘑菇汤**

森林蘑菇汤，是太极武陵美食中的山珍精品。从武陵禅寺向游客中心行走，路边的指路牌上赫然跳出“森林蘑菇汤”几个大字。于是，沿着指路牌前行，很快就到了用餐之地。

餐室里一张圆桌，桌面中心放置小炉。炉边蘑菇数盘，时蔬几碟，碗筷杯勺，一应俱全。不一会，一股奇异的香味扑鼻而来，寻香而视，师傅已经端着热气腾腾的汤锅四平八稳地安放于小炉之上。鼻子经不住香味的诱惑，眼睛像饿慌了似的盯着汤锅。那汤色褐如琥珀，汤汁浓酽沉厚，显得既沉实厚道，又玲珑精致。

一勺入口，味蕾顿开。清香盈颊的汤汁，在口中稍事停留，就迅疾下肚，把五脏六腑滋润得舒舒坦坦，那种快意，妙不可言。再品一品口中的馀汤，浓酽中带有几分黏性，说是汤吧又太浓，说是羹吧又稍淡，似汤非汤，似羹非羹。不一会，一大锅汤汁已被洗劫一空，服务生赶紧跑来加汤。按照很多汤馆的惯例，加汤绝非原汤，品质往往大打折扣。等待汤锅重新加满，竟然发现汤汁与原锅完全一样，不禁好奇起来，一打听，原来加汤是纯正的原汤，在都市绝难享受如此美味。

森林蘑菇汤，美在原汤。而原汤的熬制，颇有讲究。取武陵山中的散养母鸡数只，从森林中寻摘野生大脚菌若干，装入砂锅，山泉炖煮，不用任何添加剂和调味品，确保原生态和纯天然，始而大火冲沸，继而文火慢煨，经过四五小时，直到肉烂菌碎，化作微粒，最终熬成带有几分黏稠的汤汁。

**深山中的冒菜大餐**

与森林蘑菇汤相比，冒菜完全是另外一番光景。

太极武陵的冒菜，可以说 “冒”到了极端，美到了极致：不仅冒得鲜香，冒得营养，而且冒得豪放，冒得潇洒，冒得无拘无束，冒得逍遥自在。

一锅汤底，麻辣鲜香，数盘菜肴，众人围坐。进餐者各取所需，或荤或素，将菜肴装入竹勺，小心放置汤底，待大火冲煮成熟后，取出放入碗中，再加入各种调料，舀上一勺汤汁，这就是原汁原味的冒菜。

冒菜起源于成都，成熟于川渝两地，经过不断创新发展，现已成为继火锅、麻辣烫之后风靡全国的川渝特色餐饮。冒菜与火锅有几分近似，但又有明显区别。简单点说，冒菜是一个人的火锅，火锅是一群人的冒菜。

冒菜之所以广为流行，与其快捷方便、色美味香、味醇营养等特点不无关系。而太极武陵的冒菜，除了普通冒菜必备的特点外，还有自己的过人之处。

排场阔气，气势非凡，是太极武陵冒菜的显著特点。人们很难想象，在远离城市的武陵山深处，一个旅游景区之内，居然就有4家冒菜餐厅，多达100张餐桌，其规模之大，远远超过城市的冒菜餐厅。游览云湖景区的人们，已经对游客接待中心旁边的3家冒菜餐厅、70多张席桌，感到吃惊不已，而到了天语景区，却发现这里居然有一个号称“国冒中心”的武陵山国家森林公园国际冒菜中心，安放席桌多达30张。在太极武陵，到了夏天旅游高峰季节，如此规模的冒菜餐厅，居然时常客满。

**露天烧烤乐翻天**

烧烤，也许是人类最原始的烹饪方式，而在太极武陵，却成了游客喜欢的时尚。

太极武陵，设有专门的烧烤区。上十个烤架整齐地排列在一起，显得很有规模。到了太极武陵的人们，往往情不自禁地选择烧烤这种烹饪方式，体验烧烤的过程，享受烧烤的美味。

羊、鸡、鱼、兔和各种蔬菜，都是烧烤的上选。而烤全羊，则是太极武陵烧烤中的大餐。

武陵山中多羊，绝对的天然饲养。将活羊宰杀，剔出皮毛，挖空内脏，然后在羊的腹腔内和后腿内侧肉厚的地方用刀割开若干小口。羊腹内放入葱段、姜片、花椒、大料、小茴香末，并用精盐搓擦入味，羊腿内侧的刀口处，用调料和盐入味。将羊身置于炭火之上，大约 3—4小时，就能烤熟。烤熟的全羊，外表金黄油亮，外部的肉焦黄发脆，内部的肉绵软鲜嫩，清香扑鼻，颇为适口。蒙古包，是游客享用烤全羊的好去处，人们围坐在一起，用小刀切下焦黄的烤羊肉，轻轻放入口中，那种特有的鲜美，真是别具一格。

**惬意的自助厨房**

太极武陵开设的自助厨房，是深受游客喜欢的餐饮方式。

这种自助厨房，顾客来用餐时，下厨的不是厨师，而是顾客自己。太极武陵提供舒适、有趣的厨房和餐厅，提供基本的油盐酱醋等调味品，做好卫生清洁工作。游客只需缴纳5元/小时的电磁炉租赁费用，就可以在指定场地DIY做出美味佳肴。

自助厨房的魅力，在于菜品自主。游客可以根据自己的喜好，自主决定吃什么，怎么吃。菜品的自主，有两种方法。一则，提前准备，可以从城内带上自己喜欢的食材，直接下锅；二则，就地取材，到了太极武陵再向当地农民购买各种食材。

自助厨房的妙处，不仅在于能够随心所欲地品尝自己亲手烹饪的美食，更在于能够享受开放环境中的自主烹饪过程，对于习惯于长期在狭窄厨房中烹饪的人来说，这完全是一种别有情趣的解放。

**集原生美食之大成**

在太极武陵的美食乐园里，如此众多的珍馐美馔，有着一个共同的特点：原生态。

猪、牛、羊、鸡、鸭、鹅、兔、鱼，这些肉类的食材，都由自己组织养殖，确保了品质和安全。太极武陵在大山深处建立了原生态的养殖场，有的则委托农民养殖，有的则由自己直接养殖。所有养殖的产品，都沿袭传统方式，绝不搞混合饲料和饲料添加剂。而且，这些食材，都是自己宰杀，避免了加工过程中的污染。各种蔬菜和菌菇，大多委托农民种植，都坚持施用有机肥，严禁使用化肥和农药， 防止任何可能的污染。

原生态美食，让游客深深体会到了原生态的魅力，成为太极武陵景区的极好卖点，夏季尤为火爆。每年夏天，仅森林蘑菇汤，一天最多需为游客制作上百锅。以高山富氧鱼为例，味美鲜嫩，营养丰富，没有一丁点儿泥腥味，受到城里人的特别青睐。山上的玉米、肉类、蔬菜、水果、药材等，也成为度假者回城之际抢购的俏货。以原生美食为灵魂，集原生美食之大成，这既是太极武陵对广大游客的庄严承诺，也是广大游客对太极武陵的由衷赞美。