

# 在重庆,哪儿可以买到 春天的第一口鲜

近日,“春天的第一口鲜”持续上新,香椿、折耳根、蕨菜、野葱……想想就让人流口水。

当自己无法“打野”的时候,我们总是希望能买到“春天的第一口鲜”。小编搜罗了重庆中心城区可以买到“春天的第一口鲜”的集市,一起去赶场吧!

## 防空洞菜市场

当季的香椿是这里的明星产品,2元一小把,很快就能售光。折耳根也广受欢迎,售价约10元一斤,新鲜的菜叶上还滴着露水。

除了买可以直接吃的野菜,买种子自己种春天的第一批菜也广受欢迎,辣椒种子、南瓜幼苗、冬瓜种子……蔬菜种子摊铺前围了不少顾客。

**赶场时间:**每月逢日期尾数“3、6、0”开市,建议上午前往。

**轨道交通:**乘轨道交通6号线、10号线至红土地站,步行可达。

**公交线路:**111路、119路、141路、149路、151路、163路、354路、419路、421路、607路、617路、633路、638路、841路、845路

## 汪家堡农贸市场

汪家堡农贸市场被网友称作重庆最大的赶场集市,每逢赶场日,总有不少市民前来选购。在这里,香椿、野葱、折耳根、清明菜……各种鲜香味美的“春菜”“抢鲜”上市,成为市场上的“香饽饽”。

**赶场时间:**每月逢日期尾数“3、6、9”开市,建议8:00-12:00前往。

**轨道交通:**可乘坐轨道交通6号线至向家岗站,步行可达。

**公交线路:**559路、506路、529路

**注意:**另有两趟赶场专线:中庚城—汪家堡、轨道向家岗—嘉运二路,仅赶场日(9:00-11:00)运行。

## 人和场农贸市场

人和场农贸市场不仅是周边20万居民的“菜篮子”,更是老重庆赶场文化的鲜活载体。赶场日里,来自巴南、北碚等地的菜农带着自家种的“春菜”汇聚于此。香椿、豌豆尖、折耳根……“春菜”带着春风的使命,前来慰藉渴望尝春的市民。

**赶场时间:**每月逢日期尾数“1、4、7”开市,建议上午前往。

**轨道交通:**乘坐5号线至人和站,步行约900米可达。

**公交线路:**125路、126路、606路、621路、633路

## 丹鹤社区-集贸市场

作为重庆中心城区的“网红”集市,这里的人气相当旺。叔叔嬢嬢们拖着小推车走走停停,吆喝声、谈笑声交织在一起,把整条街搅得热气腾腾。

在这里,赶场日还有志愿者,帮忙提菜篮、搀扶老人上车……让前来赶场的市民心里暖暖的。

**赶场时间:**每月逢日期尾数“2、5、8”开市,建议尽早前往。

**轨道交通:**可乘坐轨道交通5号线至丹鹤站,步行可达。

**公交线路:**607路、618路、606路、623路、644路、684路、883路、620路

## 野水沟集市

野水沟集市毗邻观音桥,交通方便,来这儿购买“春天的第一口鲜”的市民也很多。

春季的蒜薹正是最嫩的时候,掐一下根部就能流出汁水,7元一斤的价格吸引了不少顾客。

最热闹的要数卖豌豆和胡豆的摊位,剥好的豆米堆成小山。买半斤剥好的胡豆回去炒牛皮菜,一口就能回到小时候。

**赶场时间:**通常全天开放,清晨至中午菜品最新鲜、人气最旺。

**轨道交通:**乘轨道交通3号线、9号线至观音桥站,步行可达。

**公交线路:**29路、107路、108路、113路、121路、126路、135路、183路、461路等



集市上售卖的“春菜”

## 重庆的“春鲜”咋个吃

### ●香椿炒蛋

**原料:**鸡蛋、香椿

**调料:**食用油、盐、生粉

**做法:**

- 1.鸡蛋充分打散后备用;
- 2.香椿冲洗干净后放入开水里焯水,一分钟拿出用水冲凉;
- 3.将香椿挤干水分切成细末;
- 4.在香椿末里放一小勺生粉拌一下;
- 5.把香椿末放入蛋液里搅拌均匀;
- 6.热锅冷油,倒入蛋液,开中火,煎到两面金黄,用铲子弄碎即可出锅。



### ●野葱炒腊肉

**原料:**野葱、腊肉

**调料:**食用油、生抽

**做法:**

- 1.腊肉煮熟切片,野葱洗净切段;
- 2.热锅冷油煸炒腊肉出油,加干辣椒爆香,放入野葱大火快炒;
- 3.淋少许生抽提鲜,即可出锅。



### ●凉拌折耳根

**原料:**新鲜折耳根

**调料:**酱油、辣椒油、香油、糖、花椒油、鸡精、醋、蒜泥、盐

**做法:**

- 1.将新鲜折耳根摘去老根,用清水洗净,如果根部较长,将其切成长短合适的段;
- 2.将洗净沥干水分的折耳根放在一个大盆内,将所有调料按自己口味放入,拌匀即可。



### ●凉拌蕨菜

**原料:**蕨菜

**调料:**盐、生抽、醋、油辣椒、蒜泥

**做法:**

- 1.先把新鲜蕨菜洗净,放入开水中焯水几分钟;
- 2.捞出来放入凉开水中浸泡,然后将其撕成丝,方便入味;
- 3.沥干水分放入碗中,加入生抽、醋、油辣椒、蒜泥等调味,将其拌匀就可以啦。



重庆晚报-厢遇记者 廖雪源

据重庆两江新区微信公众号