

# 份夜间美食都是青春的宝藏

## 探店报告

### 深夜里的一碗面 大大抚慰你的心

明亮的黄色小屋，灶头间摆放着各种餐具，炉上的小锅里泡面的香气和牛奶的奶香混合在空气中，伴随着噗噗的沸腾声。闻着这样的空气，忍不住都会轻轻咽一下口水，这个以方便面料理为主题的小店，诱惑的就是深夜里饥肠辘辘的胃。

面馆是由“85后”女青年大琰和她的同龄合伙人一起开的，将之取名“方的面馆”，是源于最初的名字“Founders' noodle house”，这和她之前的联合办公生活息息相关。大琰原本是一名做设计的自由职业者，联合办公空间是她日常待得最多的地方。在那里，大琰发现，很多一起打拼创业的年轻人，都很喜欢吃泡面，而在泡面中加入一些配菜，通过创意的料理方式可以开发出各种惊喜的口味。“我就想到可以开这样的一家方便面餐厅，把我们研发出来的独家美味分享给更多顾客。”

“选址大学路，就是看中这里年轻人比

店名 方的面馆  
 地址 大学路172号301室  
 营业时间 周一至周日 11:30-20:30  
 人均消费 45元  
 美食推荐 牛奶辛拉面、芒芒番茄面

较多。”大琰告诉青年报·青春上海记者，店里光顾最多的就是附近的学生和白领。为了迎合年轻人的审美和味觉，面馆里推出了十几款创新口味。最受欢迎的是牛奶辛拉面，用大家熟悉的农心辛拉面，搭配牛奶、蟹肉棒、香菇、豆芽、玉米等，“年轻人都很想尝新，这款本来很普通的辛拉面，在加了牛奶之后，口感变得比较浓郁，又中和了一些辣度，感觉更加顺滑。”

记者注意到，除了面食本身，也可以有一系列配菜选择。其中选择加3元太阳蛋和6元午餐肉的年轻人是最多的，“我们的太阳蛋是流黄蛋做法，轻轻一划，蛋黄就流出来了，特别适合又爱吃又爱拍照的女孩子。”

这个月，方的面馆在大学路刚好开张满一年。店里面满墙都是老板在世界旅行时淘来的各国方便面，也有好朋友们从各个角落帮忙收集支援的方便面包装。“店铺小而温馨。深夜里的一碗面可以大大抚慰自己的心。”

## 隐藏玩法

### 文创夜市限量单品多有“买卖”更有“社交”

“逛吃逛吃”的节奏里，自然也不能少了逛。记者在采访中无意间发现了大学路夜市的“隐藏玩法”，那就是颇具童话感和青春气息的大学路市集。“逛满足了才有力气吃”，这个市集位于大学路的入口处，从地铁10号线的江湾体育场站出来，走几分钟就能看见热闹的市集了。

放眼望去是数排清一色白色的帐篷，在夜间集体亮起黄黄白白的灯光，瞬间增加了市集的童话感。每周末市集都会迎客，从中午一直到深夜11点，越夜越热闹。别致的耳钉、高颜值的头饰、小清新风的尤克里里……来摆摊的不一定是专职摊主，很多是以“练摊”为爱好的白领或者学生。所以集市里琳琅满目的小物件未必都是“批发系列”，有的可谓“买手级别”，有的更是“独家珍藏”。

逛到市集中部，记者就遇到了一家特别的“迪士尼主题店”，从唐老鸭的挂饰，到奇奇蒂蒂造型的背包，售卖的全是带迪士尼元素的小

物件。最令人“弹眼落睛”的是摊前一长排无比霸气的迪士尼徽章，几百个徽章，每一个造型都不同。

“这些徽章都是我在上海、香港、日本等各个迪士尼乐园里收集来的，如今三分之二都很难在市面上找到。”摊主刘小姐是一名全职妈妈，也是一名资深的迪士尼徽章收藏者，在朋友的介绍下，她报名成为了大学路市集的摊主，积累了四五次“出摊”的经验后，如今已经能够娴熟地招揽生意、接待顾客。

这些造型各异的徽章，每个售价在60元至200元不等，不过刘小姐说，如果有其他爱好者带着徽章来，她有相中的也可以无偿交换。

在大学路市集，你会遇到很多像刘小姐这样的年轻摊主。有的在这里摆出了花市，有的在这里展示着异域风情，色彩艳丽、花纹繁复的盘子，充满异国气息的服饰和围巾，顾客还能和留学生摊主学到一句印度语的“你好”。



### 西北味混搭网红风 供应兰州特有冻梨

店名 栖蘭记  
 地址 大学路127号102室  
 营业时间 周一至周日 10:30-21:30  
 人均消费 45元  
 美食推荐 冻梨、牛奶鸡蛋醪糟

充满童趣的乐高拼图、粉粉白白的小清新装饰，走进这家西北汉子开的栖蘭记，很难把它和兰州特色餐厅联系起来。“这已经是我们在中国开的第三家店了，在西北的两家店都是传统风格，来到上海我们选址大学路，瞄准年轻群体，所以把风格也定为了‘网红风’。”90后的店铺“看家人”告诉记者，自己是老板的朋友，合伙一起在上海创业。

店老板是土生土长的兰州人，几年前在大学路附近念书，有时候想念起家乡的味道，往往苦于找不到地道的兰州餐厅。于是，他萌生了自己开店的想法。

年轻的店主带来的是充满青春气息的餐厅。每一个走进店铺的顾客，首先都能看到一整面的乐高拼图墙在欢迎他们的到来。“拼图上的0931是兰州的区号，上面的各种字母，是我们每一位员工的姓名拼音缩写。”店里的每张桌子还以兰州的各所小学命名，带入感很强，餐厅的角角落落都在诉说着美食、青春和友情。

有意思的是，这是一家不卖兰州拉面的兰州小吃店。吃不到随处可见的兰州拉面，却能尝到沪上少有的兰州小吃。店里的人

气单品之一是老兰州炒面，黄色的粗面和蔬菜的组合，面条是店里自制的，既爽滑又有韧性，一份可以足够两个人分享。牛奶鸡蛋醪糟也是店主强推的，牛奶和鸡蛋一比一配比，洒些黑芝麻粒，一勺起来还有葡萄干、花生碎、枸杞等丰盛的配料，香甜爽滑还有淡淡的酒酿香味。

在这里，青年报·青春上海记者还发现了兰州特有的冻梨。店主介绍说，每年十月份左右，会在当地将成熟后的蜜梨摘下来，用棉被包裹，使蜜梨发汗，然后用发汗过后的蜜梨直接冷冻，再从西北冷链运送过来。这个品种的梨直接食用无比涩口，冷冻之后却意外的好吃。刚从冰箱里拿出来时还是硬邦邦的，等梨化了就能开吃，尝起来非常像冰沙，口感极其清甜。

店主说，因为西北地区有地暖，地暖又很容易上火，所以当地人喜欢吃一点冰冰凉凉的。“很多出生在南方的孩子，可能都没听说过冻梨，我们这里是为数不多可以尝到正宗冻梨的餐厅，既能满足兰州人寻找家乡美味的需求，也希望把这个美味带给更多喜欢尝鲜的年轻人。”

## 未来规划

### 夜市大规划打好“小补丁” 多方助力小店实现“突围”

凭借自身的创新与前卫，大学路在不断的“自我养成”中成为了“网红街道”，这样的“养成”并非一朝一夕。作为上海的“网红街道”，也是目前市区大学路旁小店业态最为集中的区域，大学路上小店去留，引来广泛关注。五角场街道平安办相关负责人表示，大学路的整改不是“一刀切”，而是要经过筛选，把通过消防、环保等部门验收的店铺留下，并对整条街的业态进行升级改造。

“一店一策、一路一策才能有针对性地解决问题。政策引导需结合实际，做加法。”市商务委方面表示，杨浦区对大学路的规划是边实践、边探索，而大规划一定要打好“小补丁”，想实招、出妙招，要拿出真正有用的措施。同时，市商务委前期也已推出了扶持上海小店发展的十条措施，鼓励富有创意、承载文化、突出体验的海派特色小店实现“突围”。

前不久，杨浦区也迎来了首位“夜间区长”和首批“夜生活首席执

行官”，共同推动区域消费升级、夜间经济发展以及小店经济繁荣。杨浦区首批夜生活首席执行官陈丽丹表示，未来在大学路可能会开设一些特色居酒屋类型的区域，非常适合年轻人，也非常适合做夜间经济。“如果年轻人很喜欢这些业态，我们也会尝试着把开放时间拉得更长一点。”



获取更多讯息请扫二维码  
 关注青春上海News