

乘鞍岳的美食

乘鞍岳的疊平停車場週邊有兩家餐廳，分別位於乘鞍岳疊平轉運站內和銀嶺莊 2 樓，均供應拉麵、烏冬麵等簡餐以及更為豐盛的午市套餐和當地特色食品。此外，轉運站內的餐廳還提供乘鞍特調烘培咖啡。

岐阜的飛驒（音「駝」）地區出產高品質的「飛驒牛」肉，遠近馳名。乘鞍岳就有用飛驒牛肉製作的可樂餅、麵點、烤肉，和可口的牛肉包子。飛驒牛還被用於當地的特色鄉土料理「朴葉味噌燒」，這道菜肴樸實無華，用甜口味噌醬覆在牛肉及當地產的蔬菜上，然後一起放在朴葉上火烤，食材會被朴葉薰染上一縷美妙的木質清香。

乘鞍岳的另一道美食是叫「宿儺鍋」的暖鍋料理，把豬肉、大蔥、白蘿蔔等十多種食材放在味噌湯中慢燉而成。這道菜源自岐阜縣高山市北部的丹生川町，是慶祝秋收的傳統菜肴。菜名「宿儺」是以《日本書紀》（720 年）中擁有雙面、四手、四足的神將命名。

長野美食以野生山菜入饌的蕎麥麵聞名，紫萁（種蕨類植物）、細竹筍、土當歸、蜂斗菜以及滑子菇都是常見配菜。

健行旅行者大多瞭解高海拔地區做飯不易。疊平的餐廳海拔 2702 公尺，氣壓低導致水的沸點只有 91°C，連煮熟米飯都很困難，不僅要花費更長時間，溫度不夠還影響米飯的口感。而且這裡遠離城鎮，對前往山頂的車輛又有種種限制，無論自帶食材還是攜廚餘下山都相當麻煩。儘管如此，乘鞍岳的廚師們總是會讓源源不斷的空腹遊客們得到滿足。