

## 乘鞍岳的美食

乘鞍岳的壘平停车场周边有两家餐厅，分别位于乘鞍岳壘平汽车总站内和银岭庄 2 楼，均供应拉面、乌冬面等简餐以及更为丰盛的午市套餐和当地特色食品。此外，汽车总站内的餐厅还提供乘鞍特调独家烘焙咖啡供游客品尝。

岐阜县飞騨（音“驼”）地区出产的高品质牛肉“飞騨牛”远近驰名。乘鞍岳也有使用飞騨牛肉的可乐饼、面条浇头、烤肉，和美味的牛肉包子。飞騨牛还被用于本地的特色乡土料理“朴叶味噌烧”，这道菜肴朴实无华，用甜口味噌酱覆盖在牛肉及本地产的蔬菜上，然后一起放在朴叶上火烤，食材会被朴叶熏染上一缕美妙的木质清香。

乘鞍岳的另一道美食是叫“宿雉锅”的暖锅料理，把猪肉、大葱、白萝卜等十多种食材放在味噌汤中慢炖而成。这道菜源自岐阜县高山市北部的丹生川町，是庆祝秋收的传统菜肴。菜名“宿雉”是以《日本书纪》（720 年）中拥有双面、四手、四足的神将命名。

长野美食以野生山菜入馔的荞麦面闻名，紫萁（一种蕨类植物）、细竹笋、土当归、蜂斗菜以及滑子菇都是常见配菜。

徒步旅行者大多了解高海拔地区做饭不易。壘平的餐厅海拔 2702 米，气压低导致水的沸点只有 91℃，连煮熟米饭都很困难，不仅要花费更长时间，温度不够还影响米饭的口感。而且这里远离城镇，对前往山顶的车辆又有种种限制，无论自带食材还是携厨余下山都相当麻烦。尽管如此，面对源源不断、饥肠辘辘的游客，乘鞍岳的厨师们总是能够满足他们的需求。