

## 高砂特色美食

誕生於高砂的美食「肉天」，有點像「御好燒」。御好燒是一種加入蔬菜、肉類或海鮮做成的鹹味煎餅，上面還會加上各種配料。但肉天裡會用到調味過的馬鈴薯、牛筋、酥脆的天婦羅麵衣和蒟蒻，這點跟御好燒又不太一樣。除此以外，它的烹飪方式也和御好燒不同，首先在燒熱的鐵板上煎好麵糊，再把其他食材鋪在上面；接著加入更多的麵糊，翻面煎製；最終對半折疊，塗上醬汁。這道美食能給人帶來無比滿足感。

「肉天」這名字從何而來，現在已無從得知，有可能是取食物中的牛筋肉和脆天婦羅麵衣碎兩個詞拼合的生造詞。而最早的肉天，據說是當地餐廳應客人的要求而烹製，經過多年發展變化，才成為今天的模樣。

烤星鰻（一種海水鰻魚）是高砂另一道特色美食，選用播磨灘（瀨戶內海東部）捕撈的星鰻烹製。這座海岸城市周邊自古就有許多物產豐富的漁場，雖然現在已經捕撈不到星鰻了，但當地餐廳依然保留著這道菜品，烹調方法也毫無變化。高砂烤星鰻不但滋味濃郁，口感細嫩，而且香氣撲鼻，是餐桌上十分受人歡迎的一道佳餚。