

高砂特色美食

高砂是“肉天”的诞生地。肉天类似“御好烧”（一种加入蔬菜、肉类或海鲜做成的咸味煎饼，上面还会搭配各种佐料），但与御好烧不同的是，肉天里会用到调过味的土豆、牛筋、酥脆的天妇罗面糊碎和魔芋。此外，它的烹饪方式也与御好烧不同。首先要在烧热的铁板上煎好面糊，再把其他食材铺在上面；接着加入更多的面糊，翻面煎制；最后对半折叠，涂上酱汁。这是一道能给人带来极大满足感的美食。

据说，最早的肉天是本地餐厅应客人要求烹制的，经过多年发展变化，才成为了今天的模样。这道美食的名字由来已无从得知，有可能是取食材中牛筋肉和脆天妇罗碎两个词拼合的生造词。

高砂的另一道特色美食是烤星鳎（一种海水鳎鱼），选用播磨滩（濑户内海东部）捕捞的星鳎烹制。这座海岸城市周边自古就有许多物产丰富的渔场，尽管这一区域如今已经捕捞不到星鳎，本地餐厅依然保留着这道菜品，烹调方法也不曾改变。高砂的烤星鳎香气扑鼻、滋味浓郁，而且口感细嫩，是一道很受欢迎的美食。