

## 上海特色本帮菜之 09：草头圈子

草头圈子是上海本地的一道特色菜，也是上海海派菜单里广受欢迎的一道名菜。

“草头”是指苜蓿，“圈子”是指猪大肠。草头圈子也是上海家常菜里常见的一道菜。

草头圈子里的大肠可以吸进苜蓿的清香，苜蓿又能吸走大肠的油脂，刚柔并济。吃起来口感软烂酥软，肥而不腻，特别的赞！

