

文／翁雲霞 圖／劉蓓蓓

食材的極致效用

中國人過農曆新年，儘管現代生活，吃是豐盛到有餘，然而老祖先的傳家習俗，還是讓家家戶戶忙找吃。

人「口」多的家族，這些年，有的乾脆把家族聚到飯店去；小「口」人家，那麼到街坊小食的餐廳，取其近及方便。當然，餐廳菜也得有別於家裡的味道才有其趣。

最近和逢教授在永和竹林路的廣東館子「滿香園」，就先嚐了一些年味及較傳統的家常老菜；像難得在大飯店、餐廳吃到的炒奶、南乳雞、魚生等。

油條

吃這類家常菜，得數一數菜款的源頭，廣東菜中的類別系出不同，我們較不熟悉的地方像離東莞頗近的順德、晉城等小城，都能吃到道地的當地味。運氣還不錯的我們，此次剔去了一般熟知的菜餚，改以小菜，竟能在台北大快朵頤；像油條配豆漿吃多了，還喜歡油條味的，以中空的油條，藉其特有的味道，再在中空部分塞入其他食材，不同的味感出現了，蝦泥、香菇、荸薺，具鮮香脆，配上回鍋油條的酥，是一道所費不多，賣相討喜的菜，受歡迎可想而知。

油條的另一種烹法是以腸粉包油條，外軟內脆，借醬汁、蔥花調色增味，口中咀嚼多了

濕潤感，這種廣東人稱的「街坊撚手小菜」，是在館子裡容易吃到，「撚」字是廣東話發音，唸成了ㄋㄧㄣˇ，家常精緻些的烹調說法。

炸雞

雞肉烹法炸蒸炒煮都各有其味，吃皮脆一些的雞肉，那得下一些功夫，廣式炸雞，得先將雞入滷水盆浸透，雞身方能入味，再以白醋、粟子粉、麥芽糖塗抹雞身，然後風乾到雞身還帶些濕即可入鍋油炸，上桌的雞塊黃澄油亮，皮與肉中間看得到空隙，這就是火候，一般火候抓住，就能吃到香脆甜的雞肉了。

吃完一些較乾爽的菜餚，得來些湯，順德是廣東的魚米之鄉，廣廚很多出自順德。中國式的魚生食法與日本人的生魚片入口不同；魚要能切至透明般的薄度最好，入口較脆，以火鍋的方式處理，再蘸醬，吊起魚肉的鮮味來。特別是湯頭，什麼丸都不放，只有蝦丸點綴，清爽單純的味覺，另有一番滋味。

炒奶

「炒奶」，光看字面實在不知牛奶如何炒成菜，以鮮奶、蛋白、粟粉及少許鹽一起攪拌均



魚生下鍋



大良炒奶



雞年吃雞



順德魚生之一



油條香菇蓉蝦泥



煲仔飯

勻，另蝦仁、干貝等先泡一下油，再入鍋以中火炒之，炒鏟一邊推炒，一邊把炒鍋離火，繼續趁鍋熱的餘溫把作料黏炒成山形即成菜。爲了增加香及口感，灑一些芝麻或炸粉絲於菜上，趁熱上菜，菜相彷彿如白雪，又被稱作「白雪佳人」。此菜源自「大良」，順德除了河鮮出名，水牛奶亦是特產，台北市人只好以普通牛奶入鍋成菜，水牛奶味較濃郁，有機會再取之成菜。

蒸飯

新年裡，吃不完的臘肉肝腸蒸飯最香，我們此次特別委請國泰航空帶2斤「絲苗米」來蒸飯，飯才上桌，香氣四溢，其香乃是久違了的米香。離東莞幾小時的增城市除了荔枝有名，絲苗也是港人愛採買的米。增城的土質屬瘦田，但水源好，土地靠肥料滋養分，產的米有

些像在來米，較乾爽，放在陶鉢中蒸，鉢底的焦飯還可以利用煮成粥，粥帶點焦香，很是有味，台北人若以花蓮的富麗米蒸之，應該味也不差。

餐廳到處都有，要能找到廚房配合是我們這些愛食者的運氣，其實家家都有獨到的飲食經，或者您也天馬行空找他們發揮食材的極致效用，會有意想不到的收穫。



絲苗米



米食加工

讓懷念的兒時米食口味，
永遠伴隨你身邊



全書分為三大篇，共220頁，介紹米粒類、米糰類、米漿類、膨發類、釀造類及製粉等六大類30餘種的米食加工製品，內容詳實豐富，甚具參考價值。
定價：590元

豐年社

台北市溫州街14號 郵撥00059300 財團法人豐年社(郵購另加掛號郵資60元)
電話：02-23628148分機30.31.