



一年之計在於春，當定好新一年的計劃後，回歸到日常，想着開年的第一頓，無論如何都要吃頓好的。民以食為天，如今的澳門，在美食的選擇上，可以說是眼花繚亂。澳門貫穿着中西文化，有來自大西洋彼岸的葡萄牙人，太平洋畔的日本、韓國，印度洋沿岸的印度、印尼、馬來西亞等，再匯着中國神州大地的各處。在澳門停駐的時光裡，來自五湖四海的人們，用彼此的食物來縮短他與故鄉的距離。

■香港文匯報記者 施虹羽 澳門報道

返璞歸真的美食

當食物成為幾種不同文化之間的聯繫的時候，奇妙之處不言而喻。近年來，澳門人熱衷日本料理，以至於日本料理店似乎一夜間，遍地開花，在主要的住宅區，幾乎走過一兩條街，就能見到一間日本料理店。但誰能想到人們在熱衷的日本料理的背後，其中一道必點的天婦羅，這一詞竟是來自葡萄牙語。原來，早年信奉天主教的葡萄牙人愛吃魚，到了每年的大齋期，禁吃肉，就用魚來替代。葡國人就想出了一個辦法，拿奶油麵糊，裹好了水果或海鮮，炸了吃，魚當然也就不例外。這麼吃魚，即使在在大齋期，也不算破戒，又好吃，真是兩全其美。而這種魚吃法，就叫做 ad tempora quadragesima——葡萄牙語的意思是：「守大齋期」。16世紀，葡萄牙傳教士去了日本，除了帶去了福音，各類當時先進的知識儀器等等，自然不忘帶上「守大齋期」。日本人很快吸收了葡國人帶來的一切先進事物，最後看中了這個「大齋期」，根據譯音 tempora，好，不知就叫天婦羅吧。

一道天婦羅，一種來自江戶時代流傳至今的香氣和油炸之聲，能夠經過歲月的洗滌，輾轉流傳至今。其實不僅僅是天婦羅，除此之外，其他不同的食物亦跟隨着人們的足跡遍佈世界各地。最典型的就要數澳門的葡國菜，不知道融合了多少地區的料理精髓，最後落戶澳門。

就這樣，有的食物，漂洋過海，也有的食物，由本土傳承至今。而食物的傳承之路並非一帆風順，高昂的地租，曾經一度讓澳門一些製作傳統小食的店舖關門大吉。本以為，這些曾經承載澳門人回憶的老味道將不復存在，所幸的是，依然有一群執着的澳門人，堅持將這些老味道保留下來，今天大家還能吃到這些紅豆餅、芝麻卷、簡單而純粹的食物，其中包含的還飽含着一股澳門人濃濃的人情味。

無論是天婦羅還是紅豆餅，在五花八門的美食選擇上，有時候還要衡量餐廳的環境，考慮與誰一同共進晚餐，眾多思慮下，然而到了最後，大家的胃最終接受的還是食物的本身。享受美食，讓「吃飯」這一行為返璞歸真，細細品嚐，打破附加在食物上的種種約束，聆聽食物背後的故事，想必這也許就是，在這快節奏的當下，能夠體會「慢食」的另一種方式吧。

新聞速遞

■2014年共有86家達標的餐飲商戶獲頒象徵優質旅遊服務的「星級服務商戶獎」

星級旅遊服務認可計劃

星級服務商戶獎——餐廳及食肆指南

澳門旅遊局推出的「星級旅遊服務認可計劃」，鼓勵及支持業界為旅客和市民提供優質的服務，設有「星級服務商戶獎」及「稱心服務團隊獎」。2014年以餐飲業為目標，分為「豪華餐廳」、「一級餐廳」、「二級餐廳」和「飲食及飲料場所」四個組別。參加計劃的餐飲商戶接受了管理水平和前線服務評核。2014年共有86家達標的餐飲商戶獲頒象徵優質旅遊服務的「星級服務商戶獎」，得獎商戶獲頒發「星級服務商戶獎」認可證書和櫥窗標貼，並展示於店內。得獎商戶資料收錄於「星級服務商戶獎——餐廳及食肆指南」中，可於旅遊局各旅客詢問處免費索取或於旅遊局網頁下載。

《米芝蓮指南 香港 澳門 2015》正式登場

全球知名的美食指南《米芝蓮指南 香港 澳門 2015》正式登場，為世界美食家以及旅客嚴選出港澳兩地的優質食肆。今年的指南一共收錄了澳門的7間一星餐廳、2間二星餐廳以及2間三星餐廳，而米芝蓮車胎人推介的美食餐廳則增至13間。收錄餐廳菜式豐富，包括傳統的中菜、國際風味菜系，還有多間平民食肆，可見澳門各大小餐廳的食物以及服務質素正逐年提升，同時也呈現出澳門佳餚美食的多元選擇。

■旅遊學院學生現場製作甜品。



■由旅遊局推出的「星級旅遊服務認可計劃」，鼓勵及支持業界為旅客和市民提供優質的服務。

星級食肆 星級體驗

一直以來，澳門匯聚着來自五湖四海的人們，他們在澳門停留的時光裡，用彼此的食物來縮短他與故鄉的距離。新的一年，從澳門旅遊局推出「星級旅遊服務認可計劃」，到《米芝蓮指南 香港 澳門 2015》的放榜，無論你是遊客還是本地居民，從一頓豐盛美食來一個嶄新的開始，跳出旅遊攻略式的美食概念，讓舌尖感受來自「星級」的美食，在星級食肆，體驗星級之旅。



■澳門旅遊學院教學餐廳入圍《米芝蓮指南 香港 澳門 2015》推薦餐廳

旅遊學院教學餐廳

推薦理由 米芝蓮推薦的學院派餐廳

在今年放榜的《米芝蓮指南 香港 澳門 2015》中，作為推薦餐廳，旅遊學院教學餐廳亦佔有一席。相比酒店、食肆，旅遊學院教學餐廳，顧名思義，就是以教學為主的餐廳，廚房由專業大廚主理，學生團隊輔助。在食材方面，最大的特色便是多種有機香草、沙律菜、蔬果均是自家種植的。多年來，旅遊學院亦主辦慢食文化等各類活動，進而推廣慢食的飲食文化。

旅遊學院教學餐廳除提供具傳統特色的澳葡佳餚外，更融合現代與舒適的感覺。由於餐廳的菜式會不定期地更新，就連一周內每天的行政餐都不同。學生的專業化、貼心的服務，讓人有一種賓至如歸的感覺。

地址：望廈山旅遊學院
時間：星期一至星期五（周末及公眾假期休息）
午餐：12:30-15:00
晚餐：19:00-22:30
電話：(853) 85983 077/ 076
交通：可搭乘5、12、23、25、25X於望廈砲台站下車



■旅遊學院學生現場製作甜品。

天政 TENMASA ——「星級服務商戶獎」及「稱心服務團隊」獎

推薦理由 聽江戶時代流傳至今的香氣和油炸之聲

近年來，在澳門除了吃中餐、葡國菜以外，日本料理一躍成為不少居民或是遊客的新選擇。走進日本料理店，除了傳統的壽司，天婦羅亦是必點。要想吃到以最地道的天婦羅為代表的日本料理，那就絕對不能錯過「天政」。

天政，作為澳門唯一一家擁有五位東京大廚的日本料理餐廳。這些經過多年專業訓練的大廚師傅們，在京調食物時，通過細聽食材烹煮的聲音和感受食油傳來的震動，進而判斷食物的熟透程度。天政的招牌料理天婦羅就是如此，相比坊間天婦羅的製作，天政所有的蝦、蟹等海產品，甚至連粉漿的水、檸檬、食鹽都是空運自日本，以保障最上乘、最新鮮的食材。而其天婦羅炸蝦，蝦在烹煮之前，會「享受」一番師傅們的按摩，當真正進入油鍋炸，直至出鍋，所有的海鮮天婦羅都是半熟透而非炸至全熟，所有的料理都需在上桌後一分鐘內享用，以保持突出食物的最佳口感。

天政的天婦羅，其剛出鍋的星蔥脆又香，加上內軟細嫩的肉質，一如感受到江戶時代流傳至今的香氣和油炸之聲，怎不叫人銷魂？另外，值得一試的是甜薯天婦羅伴雪糕，上層奶油味十足的冰涼雪糕，襯着下層熱乎乎脆啾啾的甜薯天婦羅，可謂是舌尖上「冰火與火」的體驗。

地址：澳門氹仔新濠鋒11樓天政
時間：午餐：12:00-14:30；晚餐：18:00-22:30
交通：可搭乘21A、22、25、25X、26A、28A、33、50、50X、MT1於史博泰/麗景灣站下車。



■火車頭牛肉雜錦湯河粉



■海鮮火鍋，料足抵食。



■煙肉帶子點子焗醬



■傳統點心一顧時針：黑芝麻卷、紅豆餅、叉燒餅、蛋撻



■天婦羅來自江戶時代流傳至今的香氣和油炸之聲。該道菜式為雜錦天婦羅。



■甜薯天婦羅伴雪糕

西貢城越南餐 ——「星級服務商戶獎」

推薦理由 越南菜中透出的養生之道

早年，隨着不少越南人來到澳門工作、生活，與此同時，也把他們的飲食文化帶到了澳門。和精緻豐富的中國菜或法國菜比起來，越南菜實在是「小巫見大巫」，但傳統的越南菜卻具有獨特的地方風味，且又十分注重陰陽調和，譬如油炸之物，必然配上醬料或者清涼菜蔬中和，起到敗火和平衡味覺之效果。在澳門，西貢城越南菜是一家有代表性的越南餐館。

越南料理中最普遍的民間風味食品莫過於河粉。西貢城越南菜館的火車頭牛肉雜錦湯河粉，就是一道典型的越南庶民料理。最美味所在是湯底，它以80根牛骨、花椒、八角、香茅、香葉、白胡椒粒等煲足逾8小時。在煲的過程中要不斷去掉煲出來的雜質，最後出來的就是牛肉清湯。清淡新鮮，吃這道火車頭時，上桌時還會附上芥末西芹、芽菜、辣椒、青檸、辣椒醬等，這些都是帶起生牛河味道的源泉。

另一道具有特色的是越式酥炸牛腩片，以雞蛋和麵粉混合打成漿，塗滿牛腩片後，進行炸煮，剛出鍋的牛腩片，包一層生菜葉，點些魚露露在脆啾啾的外層，牛腩十分有嚼勁。

地址：宋玉生廣場（皇朝）羅馬街84-90號東南亞花園地下
時間：11:00-02:00
交通：可搭乘1A、10A、17、23於宋玉生廣場站下車



■越式酥炸牛腩片

鎮興餐廳 ——「星級服務商戶獎」

推薦理由 感受老味道，鬧中取靜的飲茶之選

臨近大三巴、哪吒廟、藏堂斜巷等世遺景點，帶着幾分「大隱於市」的鎮興餐廳，是一家地道的粵式餐館。其特色傳統點心包括，有薄而脆的叉燒酥、甜而不膩的紅豆餅，皮薄且晶瑩剔透的蝦餃，口感軟糯的黑芝麻卷等。

鎮興之所以今天依然出品這類老式，甚至幾近失傳的傳統點心，其中離不開一份街坊情在其中。就拿其中的紅豆餅為例，原來在位於大聲公油茶舖的手街上，有一家名為六記紅豆餅的老舖，因為種種原因，老闆棄休了。此後附近的街坊時常懷念那個老味道，於是就向鎮興的老闆提出，何不接手，把紅豆餅延續做下去。因此，才有了今天大家能夠再次嘗到那個幾乎失傳的紅豆餅。鎮興的負責人呂小姐表示，現在鎮興的點心通常三個月會更新一次，主要的菜式也會半年會更新一次。另外，對於一些傳統的菜式，譬如八寶鴨、冬瓜盅等亦有保留，若想品嚐則需提前預定，臨近年末，餐廳亦有做外賣的益菜。

地址：澳門哪吒廟斜巷6-6A鎮興餐館2樓
時間：08:00-23:00
交通：可搭乘巴士2、2A、5、7、7A、8、8A、9A、12、18、22、25、25X於水坑尾公共行政大樓站下車。



■日本師傅現場製作天婦羅



■在「ME」來一份驚喜簡餐，一壺花茶，便可坐上半天。



■法式濃湯蝦意粉

我 (Cafe de E.U.) ——「星級服務商戶獎」

推薦理由 一杯咖啡，喝出一種生活理念

「我餐廳」(Cafe de E.U.) 是一家日式西餐館，供應多款咖啡和花茶，來一份驚喜簡餐，一壺花茶，便可坐上半天。

「我餐廳」供應的餐點食材，大都用上日本當地貨，選料優質，出品精緻。其中最出名的要數法式濃湯蝦意粉。據老闆羅小姐介紹，作為該店的特色菜，濃湯蝦意粉的湯，是以新鮮番茄、蝦、帶子及少量香草及黑椒，熬製的一道海鮮湯，其製作過程中不加鹽和味精，以此保證食材最原本的口感。其實不止濃湯蝦意粉的製作是堅持保證原有食材的原本口感，像「我餐廳」的田園咖喱豬扒飯的咖喱醬亦是通過慢慢水煮而非油炸煉成的。

這種忠實於食物最簡單，最純粹本身，亦出自慢食文化的概念，旨在喚起人們對於每一種食物的選擇事實上會對地球帶來很大變化的關注。因為部分食物過量消耗會造成食物多樣性的不平衡，亦會令部分飲食文化消失於全球化中。

地址：澳門雅禮坊大馬路21號A-C舖
時間：12:30-20:30（逢星期一休息）
交通：可搭乘巴士2、2A、6、12、17、18、18A、19、22、23、25、25X、32