

春節遊羊城度歲 港人嗜經典滷味

潮州拼盤淋上熱汁 滿足養胃飲食喜好



粵港澳生活匯

滷味的獨特滋味，是傳統而悠長的醇厚。一缸滷水，多年心血，百樣食材的和味，換來齒頰留香。近年最經典的，數年飯桌上必不可少的潮州滷水拼盤，淋上熱的滷水汁，既是美味前菜，又符合熱食養胃的港式飲食文化，無論佐酒或菜餚，都是過年餐桌上一盤恩物。臨近農曆新年，我們邀請了內地幾位滷水高手，與你一起探究滷味中的濃濃鄉情。

香港文匯報記者 劉子靜 廣州報道

廣式滷水高手：廣州著名食家、主持人舅父新

懂滷味的吃家都知道，滷水味道如何，滷膽是關鍵。傳統中的那一缸精華所在的滷水，必須經過長年累月的製作和保存，沒有幾年頭不能成味，有些名店號稱其滷水幾十年甚至上百年之久。廣州最知名滷水高手舅父新的原缸滷水，早已在廣州中山老店培育了十幾年，現在他都會提前30天，用每100斤滷水搭配1.5斤至3斤左右的滷水膽，保持新舊滷水完美融合。

滷水最關鍵香料禾稈草

據舅父新介紹，八角中的大紅八角，比一般八角味重香濃；野生千里香，是滷水穩定的保證；桂皮分油桂和肉桂兩種，加入油量高、香氣濃、甜味重的油桂，才會熬製出更醇香的滷水；而最關鍵的香料——禾稈草，是許多人不知道的一道「秘方」，它能讓滷水俾得時間越長，味道越濃，顏色越靚。

新派滷味高手：「南海漁村」行政主廚張志球

各式滷水風靡大江南北，分門別派。在粵港兩地最有名的，非潮州滷水莫屬。潮州滷味在粵菜餐桌上通常作為前菜拼盤，從雞鴨家禽到生猛海鮮，無論冷盤或溫熱，都讓人食指大動。

融合粵港飲食文化

在傳統潮州滷味之外，南海漁村行政總廚張志球身為香港人，融合兩地飲食文化，用新派滷法及食材創出不一樣的特色滷味。譬如靈感來自粵港傳統名菜「太爺雞」的「太爺鷄」，其做法是將乳鴿在白滷水底中滷好後，用六安茶梗和米、糖熏製而成，記者食後感覺滷味濃香、皮香肉嫩，口中還有茗香，令人回味。而一道滷東山羊雙拼，用上9個月大小的海南東山乳羊，羊腩肉嫩多汁，切件後滷約40分鐘，再放入冰箱中冷藏一陣，食之爽口至極。最絕是白滷水和醬油滷水雙拼的吃法，從中你會發現，潮州滷水比白滷水稍鹹，藥材味稍重，越吃越香。

最後不得不提的，是香港每一間街頭小舖都有的滷墨魚。在香港，師傅們會用進口食用色素將其染成誘人的橙色，而廣州人不愛色素，張主廚則用不加醬油的白滷水浸泡，墨魚雖色澤發白，但吃下去你會發現，這種滷水更能顯出海鮮醇香的本味來。

張主廚說：「炮製滷味，是一個耐心、細心加專心的漫長工程。滷味的歷史悠久，從地緣分佈來看，幾乎每一種文化都有自己的滷水，從技術角度來看，區別只在於個人喜好與藥材、比例的不同。」

潮式滷鵝高手：「百姓小廚」主廚黃大師

潮州滷味中最常見的美味，便是我們熟悉的滷鵝頭、滷鵝掌翼、滷鵝肝、滷鵝腎、滷鵝腸……其中以滷鵝最受歡迎，滷豆腐、滷蛋等只是配角。最近幾年，較貴的是滷鵝頭，能賣到400多元人民幣一隻，下酒妙極；而滷鵝肝是最賣座的平民食品，其甘香綿醇，堪與法國鵝肝媲美。

在廣州教育路上一間「百姓小廚」，店裡靠金牌滷鵝贏得不少粉絲。在這家食肆裡，主廚黃大師一直堅持採用老家汕頭市澄海農家的獅頭鵝，一隻有十五來斤大小，其特徵是頭部猶如獅頭般，長有「鵝髻」，肉質緊實、香味濃。

據黃大師介紹，滷鵝肝製作簡單，只需將自己秘製的滷水滾開後，調為小火，放入鵝肝慢慢燉熟，一般只需20分鐘。「好的滷鵝肝應選粉肝，吃起來粉滑不膩，有雪糕般的綿質感。而一隻鵝則需1.5小時，滷的過程中不時翻動，讓滷汁更好地吸收。」

滷老鵝頭媲美松露乾鮑

記者現場品嚐一番，果然秘製滷水使鵝肝完全入味，鎖住了鵝肝的脂肪和肉汁，切片上盤，蘸着蒜粒米醋入口，滷汁噴湧而出，鵝肝甘香豐腴，還有悠長的淡淡酒香。

臨近新年，現在店內最值得推薦的特色滷味，要數近幾年在潮菜圈中後起的「新貴」——滷老鵝頭。據黃大師介紹，老獅頭鵝頭比普通鵝頭要大二三倍，雖然多骨，但滷熟後老鵝頭最爛最入味，吃起來有特別的脂香，絕對能讓你「吃過翻尋味」。許多品嚐過後的食客都說老鵝頭的美味，可與白松露、乾鮑、和牛和伊比利亞火腿等奢侈食物相媲美。



滷水香料。受訪者供圖



滷東山羊。受訪者供圖



南海漁村滷水「太爺鷄」用六安茶梗和米、糖熏製而成。受訪者供圖



「滷老鵝頭」是近年潮州滷味新貴。受訪者供圖



南海漁村的滷水墨魚仔色澤發白，而香港的滷墨魚呈橙色，各有吸引力。受訪者提供

自製老湯滷味 遠離添加劑

如果不嫌麻煩，自己製作滷味不僅能隨時滿足「口腹之慾」，還可遠離不健康的食材與添加劑，美味健康，一舉兩得。只需記下以下六步，就能輕鬆在家做出美味醇香的滷味。

第一步：備湯

準備至少1公斤雞骨和豬骨，洗乾淨後，飛水去除血沫後熬煮成湯，再把骨頭撈出來。如果想要順滑的口感，可以加一塊肥肉同煮。

第二步：炒糖色

滷味紅亮的色澤源自糖，而不是醬油。如果用老抽來上色，滷製時間久了就會變黑，賣相不佳，所以最好準備炒鍋，小火熱油炒冰糖，炒到融化冒泡變成深棕色時，加黃酒、清水，即成糖色。

第三步：準備香料

按照自己喜好準備各種香料組合（例如花椒、丁香、小茴香、砂仁、肉桂、草果等），把所有香料裝在袋子裡，放進熱水中先煮一下，令它們受熱，以便更好地發出香味，也可以把香料放在熱鍋中乾炒到香味出來，再裝袋，放到湯鍋中。新鮮的薑蔥要下鍋爆香以後單獨放。

第四步：製滷湯

小火熬煮一個半小時以後，撈出香料，加鹽、黃酒、糖色等調味，熬煮半小時後就可以了。

第五步：處理食材

將買回的掌翼、肉類等食材用冷水浸泡兩小時除去血腥味，水中可加少量黃酒和鹽。泡好的食材先下鍋飛水進一步除去腥氣，然後用白酒、薑蔥等醃製入味。

第六步：滷製

將上述處理好的食材放進滷水，大火煮沸10分鐘後轉中火，根據食材大小和易熟程度調整火候。掌翼一類容易熟爛的食材最好短時間煮製以後就關火，讓食材長時間浸在滷水中吸收味道；對於牛肉這類食材，就中小火慢慢熬煮。食材形狀不要過大，否則不易入味，滷製過程中最好翻轉食材令它充分入味。

★溫馨提示：

一鍋滷湯原則上可以滷任何你想滷之物，但滷製腥味濃重的海產品例如魷魚，最好單獨盛出一小鍋滷水獨立操作，以免令整鍋湯從此變味。滷製內臟、雞蛋、豆製品也同樣需要單獨操作。



一缸精華所在的滷水，必須經過長年累月的製作和保存。記者 劉子靜 攝

食「滷」四「保險」

- 因為滷製肉類和豆乾等易變質走味，即使在冰箱內過夜，也很容易被細菌「盯上」。因此，滷味放冰箱貯藏並非「保險」，最好當天吃完。
- 如果滷製品一次性吃不完，儲存在冷凍室相對安全些。但是取出食用前應充分加熱，用高溫、熱透的方式殺死多數微生物，防止吃完出現腹瀉等症狀。
- 油膩類滷製品如滷豬蹄、滷肉、滷內臟，建議搭配清淡口味、維生素C含量多的食物吃，減少油膩感。吃的時候要以適量為主，不要一次性吃過多。
- 在外購買滷製品時，需認準正規店面（經營許可證和衛生許可證），同時看清包裝上的營養標籤和生產日期、保質期，檢查包裝是否漏氣。

走「滷」路 搵食肆

- 舅父新茶樓**
推薦菜式：滷水拼盤、墨魚餅、蝦餃、蒸排骨、滷水鵝肝、椒鹽焗豬蹄湯
地址：廣州市荔灣區芳村東亞商業廣場
電話：+86 (20) 81622198
- 百姓小廚**
推薦菜式：涼拌花甲、白灼魷魚筒、蠔仔烙、炒薄殼、滷水拼盤、生醃特色血蚶、滷水鵝肝
地址：廣州市越秀區教育路11號
電話：+86 (20) 83351848
- 南海漁村**
推薦菜式：太爺鷄、滷墨魚、滷水東山羊、脆皮雞、蟹子豆腐、XO避風塘炒蟹、滷水拼盤、象拔蚌刺身
地址：廣州市天河區珠江東路11號高德置地秋大廈4樓
電話：+86 (20) 83983188

跟處走 有着數

1. 「美在花城」當代嶺南名家中國畫作品展

時間：即日起至2016年2月28日
地點：廣州花城美術館

2. 「超感官霸王龍」巡展

時間：即日起至2016年2月14日
地點：廣東科學中心

3. 廣州常見環保植物科普及展覽

時間：即日起至2016年1月22日
地點：從化北迴歸線公園、花開富貴園藝場



德酒店年會晚宴套餐優惠 香港文匯報 WEN WEI PO

廣州天河希爾頓酒店為迎近年尾宴會場地需求，正式推出年會晚宴套餐。現場1,900平方米的靈活場地，讀者憑印花享受優惠低至3,988元人民幣（每團），預訂滿額更可享免費租用32平方米LED屏幕。
地址：廣東省廣州市天河區林和西橫路215號
聯繫方式：酒店銷售主任何曉莉
T: +86 20 6683 3910 或 M: +86 13727878869

