台北平嘆日式料理 壽喜燒 人氣沾麵 饕客難忘

一向以來，不少日本拉麵、火鍋店等都選擇在香港開設海外首間分店，不過筆者早前走訪台北，卻發現了兩間同樣來自東京的食店，有「東京麵食之王」之稱的麵屋一燈及主推「壽喜燒」的Mo–Mo–Paradise，選擇於台北市區開設其海外分店，價格合理，亦甚美味，值得推介。近年，很多香港朋友喜歡到台北旅遊，一來機票優惠，二來以與香港相同的價錢，品嚐到如此美味的拉麵及壽喜燒，的確值回票價。

文　攝：焯羚　吳綺雯

■麵屋一燈的門口，中午開店前已有人排隊等食。

■壽喜燒

鴨肝丼 沾麵耳目一新

■特製濃厚魚介沾麵（冠軍沾麵）（NT370）

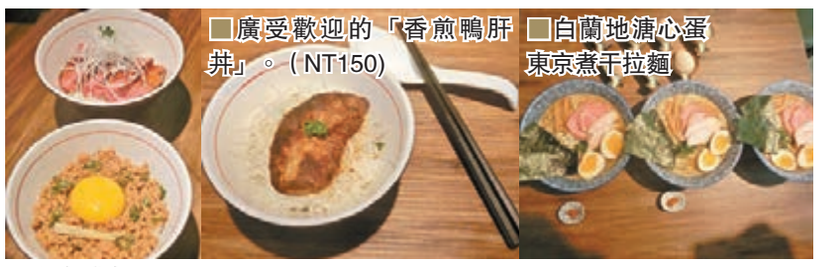
來自東京郊區新小岩的「麵屋一燈」，早前旋風進軍台北市中山區，社長坂本幸彥表示：「全日本僅開這間店，我的理念在於堅持忠於原味！」口碑好評，年年榮登日本Tabelog及各大美食網站榜首，知名部落客讚賞封為「東京麵食之王」。而且，沾麵近來於日本興起風潮，麵湯分離讓麵條更具彈性、不燙口，即使在炎熱的夏天也能輕鬆享受好滋味，因而受到的日本女性的鍾愛。到底「冠軍沾麵」有何等魔力？秘方就靠湯頭熬製、獨門叉燒、自家製麵的美味方程式。

屢獲大獎的獨門「冠軍湯頭」，精髓關鍵就在雞湯、魚介，比常見的豚骨湯頭更為清爽。鮮美雞湯由八小時慢火精燉、三階段萃取精華，膠質豐富香醇，並與五種魚介相融，熬製細膩講究，製成「濃厚魚介湯頭」。而「鹽味、醬油湯頭」則使用大量老母雞、雞骨、雞腳細火燉煮八小時，亦搭配清澈魚介，淡雅口感教人齒頰難忘。

你吃過「雞叉燒」嗎？常見的叉燒通常以豬肉為主，麵屋一燈選用每日配送溫體梅花肉、雞胸，採58℃低溫烘焙，以達肉質水分與熟度的黃金平衡，鮮甜彈嫩。而麵條部分，堅持自家製麵，進口日本小麥，水質、溫度及濕度嚴格控管，引進日本製作專業設備，再由師傅巧手製作，讓麵條滿溢美妙麥香。台北店的麵類有，芳醇乾貝雞湯拉麵、芳醇薑味雞湯拉麵、濃厚魚介沾麵、 東京煮乾拉麵 、台灣風擔擔沾麵。

除了沾麵、拉麵，丼飯系列亦為上乘之選。飯類有三款，嫩焙和牛丼、元氣雞飯、香煎鴨肝丼。社長坂本幸彥向法國料理取經，特製廣受歡迎的「香煎鴨肝丼」，鴨肝嚴選自匈牙利，大火使表面微焦酥脆，一口咬下柔嫩無比，搭配精製醬汁，充滿日法交織風味，香口兼好味道，價錢又抵，幾十蚊港幣咋！難怪一天限量50碗喔，中午餐期25碗，晚上餐期25碗，如想品嚐就要早點排隊了。另外，嫩焙和牛丼是用了法式料理中的低溫烹調的方法令牛肉保持粉紅色，口感好鮮嫩，入口即溶，賣相口感味道俱佳！

不得不提醒大家別忘了食他們的特色小食白蘭地溏心蛋，是老闆精心研製的，用白蘭地浸雞蛋，白蘭地浸入蛋黃，咬下去又滑又帶有酒香，好味，愛酒的人一定會欣賞。



■廣受歡迎的「香煎鴨肝丼」。（NT150）　■白蘭地溏心蛋東京煮干拉麵

■元氣雞飯（NT100）、嫩焙和牛丼（NT120）

地址：台北市中山區南京東路一段29號
Facebook粉絲專頁：https://www.facebook.com/menyaittotw

正統壽喜燒 享受純日式美味

當筆者在商場看到這間Mo-Mo-Paradise，初時還不知道餐廳是吃什麼，但從網上搜尋後，原來是來自東京的，主推正統壽喜燒，對香港人而言，或許是火鍋的一種。雖然很多香港人到台北，都是喜歡品嚐麻辣火鍋，因為價格比香港便宜，不過對於不吃辣的筆者來說，今次的壽喜燒反而是筆者最愛，使用Mo-Mo獨家風味壽喜醬，口味濃甘，佐以CAS新鮮鮮力蛋為沾醬，滑嫩不燙口，讓你恣意享受純正日式美味。

提到壽喜燒，又名「鋤燒」，是一種日本料理，是一種以少量醬汁烹煮食材的火鍋，通常食材包括高級的牛肉切片、大葱、蒿苣、豆腐、魔芋絲等，這些食材會在由醬油、糖與味醂等混合的湯汁中煮製，並蘸生雞蛋食用。當筆者坐下，面前的便是一張「美味吃法」，教你如何品嚐壽喜燒，首先煮出甘甜的鍋底，然後調製壽喜燒沾醬，再涮出好吃的肉片，搭配蛋液品嚐。當你品嚐期間，侍應不斷會推着「點心」車仔，供你選擇多款蔬菜。而且，桌上會備有水及壽喜醬，如味道變淡時可以依個人口味添加壽喜醬；變濃時加水，爐火溫度控制在攝氏90度最佳。最後，你可以另叫烏龍麵，依個人喜好添加七味粉，充分享受壽喜燒的好味道。

除了壽喜燒，店內還提供涮涮鍋、和風辛味噌鍋、豚骨鍋及番茄鮮蔬鍋選擇。涮涮鍋，清爽湯底適合品嚐食物鮮美原味，並提供和風特選金桔果醋、香醇芝麻醬為沾醬，可變換食材風味。和風辛味噌鍋以雞高湯提升鮮味，濃郁湯底帶有順口的辣味，並可隨個人喜好加入一味粉調整辣度。豚骨鍋清爽入口，灑點胡椒粉更加提升湯底香味，享用時沾點蒜香辣油、葱花，香蒜口感難以忘懷。番茄鮮蔬鍋，蔬菜湯底加入牛番茄，清爽不膩，建議佐以金桔柚子醋與純素芝麻醬。以平日晚餐來計，如選擇一種鍋底，台幣429元，兩種鍋底則台幣479元，可以90分鐘任食放題。

■Mo–mo Paradise

■桌上放置壽喜燒「美味吃法」

■涮煮好的肉片沾上蛋液，可降低燙口的溫度。　■任食牛豬，質素很好。

地址：台北市信義區松壽路22號Neo19
網站：http://www.mo–mo.com.tw/momo/

多煮意

■小松本太太Coco

娘家香港，夫家東京，近年隨夫北漂，旅居上海，懂吃會煮，遊走工作於三地之間，擁有野菜品嚐師Vegetable Sommelier及唎酒師Sake Sommelier這兩項在日本美食界備受推崇的認證資格。

飲料入饌菜式

近日接到一項工作，要求教授台灣菜式，正好早前參與餐飲業界活動時，一衆名廚以可樂汽水入饌，據說可以代替糖及老抽，又可以軟化食材，我以此得到創作靈感，設計出兩款以飲料作調味料的改良台灣菜式，加上一道台灣夜市的名物炸雞排，台灣料理課堂就此走起!

甜味拌苦瓜

材料：苦瓜200克
調味：話梅3粒、可口可樂150毫升
製法：
1. 苦瓜洗淨切開去籽後切薄片；
2. 話梅與放入可口可樂內浸泡成梅味可口可樂；
3. 燒沸水一鍋，取棉布一塊放在砧板上；
4. 將苦瓜薄片排放在棉布上，再蓋上另一塊棉布；
5. 將沸水徐徐淋在蓋上棉布之苦瓜上入水，略燙後取出；
6. 將梅味可口可樂淋在苦瓜上即成。

改良滷肉飯

材料：紅葱頭2粒、免治豬肉200克、油1湯匙、鹽適量、白胡椒粉適量、醬油1湯匙、可口可樂150毫升；
珍珠米飯1碗
製法：
1. 紅葱頭捞碎；
2. 燒熱鑊，下油，紅葱頭碎放入鑊中爆香後加入免治豬肉炒勻；
3. 下鹽及胡椒粉調味；
4. 可口可樂倒入鑊中，免治豬肉顏色變深後加入醬油炒勻成滷肉；
5. 珍珠米飯放深碗內，淋上魯肉即成。

炸雞排

材料：雞大胸1件約200g、薄力小麥粉1/2杯、日本麵包糠1/2杯、蛋液1/2杯、炸油適量；
包芯菜100克、番茄1/4個、青瓜1/4條、檸檬1/4個、炸豬排沾醬適量
製法：
1. 雞大胸放工作面上，以刀從平面剖開成蝴蝶切；
2. 以保鮮膜包裹剖開的雞大胸，用擀麵棒或重物把雞大胸拍平；
3. 將已拍妥的雞大胸順序沾上薄力小麥粉、蛋液及麵包糠；
4. 包芯菜刨成絲；
5. 番茄切瓣；
6. 青瓜切片；
7. 包芯菜絲置盛皿的右上角；
8. 番茄、青瓜、檸檬置在包芯菜絲左側；
9. 燒熱炸油至180℃；
10. 將（3）放入炸油內炸至金黃色後取出，放廚房用紙上瀝油；
11. 將瀝好油分的炸雞排放在盛皿的左側靠近中央位置；
12. 包芯菜絲，番茄，青瓜放盛皿上，檸檬汁及炸豬排沾醬作汁料即成。

話說風水

緊張大師

如今這世道因婚外情導致家變的新聞屢見不鮮。一紙婚書根本阻止不了那些貪新鮮和喜歡追求刺激的人另結新歡。作為家長，尤其擔心子女的婚姻生活，一旦發覺有外遇或越軌的蛛絲馬跡便惶惶不可終日。

舊同事馬志便是典型的緊張大師。他不看好女兒的婚姻，事關對女婿結婚前身旁常有美女周旋身邊略有所聞。當時眼見女兒沉醉熱戀中，怕揭露真相會傷害她，所以一直想找個適當機會再提醒女兒。可惜事與願違，女兒懷了孕並決定結婚。馬志本想阻止，卻有投鼠忌器之憂，且生米已成熟飯，惟有接受現實，不過心中總留了條刺。之後儘管女婿百般孝敬，始終認定他假惺惺。有一次女婿被公司委派接待大陸客戶，飲醉了，由女同事摻扶回家時與馬志撞個正着。他既氣憤又緊張，這之後便對女婿的日常行蹤展開全方位偵查。可惜白費心機，女婿除上班外，按時回家，並無半點行差踏錯，令馬志無孔可鑽。

那天馬志約我到酒樓見面，甫一坐定便迫不及待掏出女兒的生辰八字，他要我幫他從女兒命中找出女婿有沒有外遇或離心。

馬小姐生於1984甲子年、乙亥月、庚申日、丁丑時。庚日主生於亥月，金寒水冷以火調候為用，土金生助為喜。時干的丁火官星代表丈夫，是命局的喜用神。她深愛丈夫，更視他為精神支柱和唯一寄託，除他上班外，兩小無猜形影不離。丑是丁火的財庫，妻星入庫主為人低調，鮮有出外應酬交朋友。馬志拍掌稱是，說她除送囡囡上學，整天呆在家中，丈夫在外邊幹了什麼都貿然不知，真教人擔心。

我勸告馬志，年輕人有自己的生活方式，身為長輩千萬不要添亂，影響小兩口的感情生活。命局顯示女婿乃正人君子，日後必有發達脫穎的一天，皆因「冬丁遇甲富貴命」。

勞斯
yukkongsir@yahoo.com.hk

魔法館

香港著名西洋玄學家，天生一對藍瞳目，能靈視你的未來，擅於各類型西洋占卜術，超過二十年的占卜經驗，更獨創數字占卜命盤——「BT9型格」，親授之學生遍佈世界各地，Benny Wong亦得「導師中的導師」美譽。

12星座覓「芳」蹤（下）

大自然的香氣能夠喚醒我們的感官知覺，從而達到意想不到的療癒效果。有魔法調香師之稱的我，一於教大家12星座覓「芳」蹤哩！

處女座Virgo(24/8–23/9)
芳療之選：Cedarwood
處女座的朋友精神長期處於緊張狀態下，很容易罹患消化系統毛病、失眠等問題，阻礙你邁向目標的速度。能鬆弛神經的香柏木Cedarwood會是個不錯的選擇，加上佛手柑Bergamot幫助改善消化系統毛病及有助睡眠的薰衣草Laverder，你便能健康地向目標進發。

天秤座Libra(24/9–23/10)
芳療之選：Majoram
天秤座的朋友多數會受關節性的疾病影響，馬荷蘭Majoram絕對是你的救星。馬荷蘭具有治關節下炎、肌肉痛及扭傷的功效，對於預防及紓緩關節毛病有不俗的效果。此外，桉樹Eucalyptus具有使頭腦清醒，集中注意力的功效，而且對呼吸系統有益，又能促進新陳代謝，對常常應酬的天秤座來說是不錯的養生幫手。

天蠍座Scorpio(24/10–22/11)
芳療之選：Geranium
天蠍座的朋友容易罹患生理毛病、皮膚病及肌肉毛病，天竺葵Geranium和茉莉花Jasmine就能幫天蠍座遠離病患。天竺葵能調節荷爾蒙，平衡皮脂分泌，而茉莉花則能紓緩肌肉緊張，對任何皮膚都有幫助，特別是乾燥皮膚、皺紋及濕疹。這兩種香薰都有助平衡心靈，紓緩緊張情緒，是不錯的選擇。

人馬座Sagittarius(23/11–20/12)
芳療之選：Rose
人馬座的朋友非常健康，然而皮膚方面則較欠佳，這全因人馬座的朋友容易罹患內分泌失調。玫瑰Rose及依蘭依蘭Ylang Ylang有助平衡荷爾蒙分泌，前者適合成熟、乾燥及敏感皮膚；後者則對油性皮膚甚有幫助，亦能平衡油脂分泌，是治理皮膚問題的好幫手。

山羊座Capricorn(21/12–20/1)
芳療之選：Lemon
山羊座的朋友天性勤奮，然而於過大的壓力下，山羊座很容易鑽牛角尖而處於精神失常的狀態，故此，勤奮的山羊座不但容易罹患關節性毛病，精神病、憂鬱症等亦成了常見的問題。馬荷蘭Majoram能治關節炎及肌肉痛，而檸檬草Lemon則能使山羊座振作精神，放鬆心靈。

水瓶座Aquarius(21/1–19/2)
芳療之選：Laverder
幻想力豐富，總讓人有不可思議的感覺。他們的健康沒什麼大毛病，然而新陳代謝方面並不是太理想，這可能與長時間思考有關。能幫助冥想，鎮靜精神的乳香Frankincense可使思考時更集中，事半功倍之餘更能紓緩思考上所花的精力。而薰衣草Laverder則能平衡情緒及促進細胞再生，對健康有極大的幫助。

塔羅星座

文：BENNY WONG

白羊座 21/3-19/4
有如魔術師般聰明百變，多才多藝，很久不見的朋友在這星期會聚會。

金牛座 20/4-20/5
一切計劃中的事情會變得落實，以及成功，加多點努力，就會得到更多的意外收穫。

雙子座 21/5-21/6
與家人朋友遇上意見不合時，千萬不要放在心上，應多些將內心不滿提出，否則造成心病。

巨蟹座 22/6-22/7
金錢、事業、愛情、人際都給太陽伯伯照耀，幸福滿溢，但小心體重大升啊！

獅子座 23/7-22/8
身邊總是有人與你作對，並未能好好安定下來，好煩、好躁哩。

處女座 23/8-22/9
想得到更好的運氣，首先要學識付出這一步，不要計較就會更好了。

天秤座 23/9-22/10
見到魔鬼牌出現，萬事要小心一點，特別是金錢借貸方面，小心一去無回頭。

天蠍座 23/10-21/11
期待已久的愛神邱比特終於降臨在你枯旱的愛情路上，好好把握哦！

人馬座 22/11-21/12
機會是不常有的，真是有興趣的，就要給多點信心喇，不然走了！

山羊座 22/12-20/1
各方面都穩穩陣陣，不需掛心，但就是壞脾氣這傢伙戒不了。

水瓶座 21/1-19/2
這星期學習能力幾強勁，是時候為自己將來進修了。

雙魚座 20/2-20/3
月亮的影響，令你這星期多愁善感，憂慮非常，不如多作分享吧。