

粵港澳生活匯

潮汕自古便是富庶之地，而潮汕人除了吃苦耐勞、擅長經商，另一大特點，便是他們懂得生活。只要提起潮汕美食，你一定會想起一大串名稱，砂鍋粥、牛肉火鍋、手打牛丸、功夫茶……均遠近馳名，除了這些已經享譽大江南北的名菜，還有不少也許沒聽說過卻同樣好吃的特色美饌。本期玩轉粵港澳就帶你深入潮汕地區，來一場真正的盛宴。

■文：香港文匯報記者帥誠

廣東報道

■圖：本報廣州傳真

潮汕美食馳名 靚粥火鍋合時

手打牛丸深入民心 特色美饌多不勝數



潮州砂鍋粥



■潮汕人正在製作鼠曲粿。

潮州砂鍋粥

慢工出細活

潮州作為潮汕三大地級市之一，一直是粵東地區的文化中心。鱸渡秋風、西湖漁筏、金山古松、北閣佛燈、韓祠橡木、湘橋春漲、鳳凰時雨、龍湫寶塔並稱為潮州八景。去古城牌坊街逛逛，順便嚐嚐沿路的小吃是開始行程不錯的選擇。

鴨母捻驅寒解渴

牌坊街有當地最大的小吃連鎖店胡菜泉，在那裡你可以吃到鴨母捻、腐乳餅、五彩豆花等特色小吃。鴨母捻實際上是一種有餡的糯米粉製湯圓，取其形似鴨在水上遊蕩浮沉而命名，常見的口味有綠豆餡、紅豆沙、芋泥、芝麻糖四種，據說過去胡菜泉店中有一鄭姓名手，他做的鴨母捻潔白柔韌甜滑。冬天來一碗熱騰騰的鴨母捻驅寒解渴，再合適不過。

嚐過了小食，就該進入主菜了。深冬的夜晚，即使是南粵大地也不免有些風寒，這時候與同行的親朋好友來一鍋潮州砂鍋粥便勝卻人間無數。潮州砂鍋粥不同於其他粥的秘訣在於獨特的配料，先是河蝦、大米、糯米、冬菜、花生油下鍋煮至爛熟，所謂慢工出細活，當煮熟的粥端上桌後，食客可依據自身所好加入香菜、鹽、薑絲、蒜瓣、黃豆醬等配料拌勻開吃。

厚切牛五花八門

潮州的另一大名吃則非牛肉火鍋莫屬了。潮汕人好牛肉，但鮮牛大多並不拘泥於土產，而是從四川、貴州等地運來活牛，飼養一陣再用，講究新鮮質量，「熱氣」直送餐檯。再來說湯底，秉承傳統潮

州菜崇尚食材本味的要求，潮汕清水牛肉火鍋用的牛骨湯僅僅加入南薑和鹽調味，也有店家根據客人要求，在湯底加入牛肋排、牛肉丸、白蘿蔔和土豆。

待鍋中牛骨湯沸騰了以後，舀一勺芹菜末兒到自己碗裡，盛一碗清湯先喝着暖胃。再之後便是主角牛肉出場了。潮州當地，很多店家卻流行飽嘴的「厚切」，需要掌握好火力，才能燙出滿意口感。資深的當地食客會建議按照從瘦到肥：嫩肉、牛舌、五花腿、五花腿、匙柄、匙仁、腩仁、吊龍伴、吊龍、肥肝、胸口朥，從這些肉的名稱不難看出，雖然都是牛肉，潮汕牛肉火鍋對牛肉的分類，無人能出其右。其中，腩仁和吊龍兩種最受歡迎：腩仁可以看見脂肪雪花點般密密分佈在肉中，入口柔嫩多油脂，鮮甜爽口有嚼頭；吊龍則是火鍋必點的常見部位，牛脊背上一長條肉，每一盤的脂肪、筋的分佈並不均勻，但口感也會從多油變化到純粹的軟嫩，但總體來說軟嫩細膩而肉汁鮮甜飽滿。

功夫茶解膩寫意

飽食了這麼多高熱量的美食，再來幾泡鼎鼎有名的潮汕功夫茶，則可以無憂體重。潮汕功夫茶是中國古老的茶文化之一，在粵東當地更是把茶作為了待客的最佳禮儀並加以完善，這不僅是因為茶在許多方面有着養生的作用，更因為自古以來茶就有「待君子，清心身」的意境。潮州茶的品種，主要有鳳凰單叢、鳳凰水仙、福建水仙、烏龍、石古烏龍、梅占、名花、奇蘭、黃旦、鐵觀音、本山、大紅、黃金香、肉桂等10多個。其中鳳凰水仙最多，為潮州的當家茶。



豬頭粽



功夫茶



潮汕勝糕



腩仁肉



鼠曲粿



鴨母捻



汕頭牛筋丸

汕頭鮮牛丸 設地方標準

汕頭，同樣是潮汕三市之一，這裡因為靠海，便有「海濱鄒魯、美食之鄉」的美稱。汕頭的特色美食，對大部分外地遊客來說可能就比较陌生了，當你嚐過，才算是進階為潮汕美食的資深食客。汕頭亦有八景，知名度最高的說法是礮石山光、海灣虹影、龍灘逸韻、桑浦清暉、巖院惠風、蓮峰浩氣、瀛南翠色、月苑鶯聲。

牛肉含量達九成

回到美食，汕頭的牛肉丸和牛筋丸可謂是丸子中的「雙璧」。手打牛肉丸歷史久遠，雖是用火鍋棄之不用的牛腿肉和一些碎肉加工而成，名聲卻不在牛肉火鍋之下。區別於港式的「瀝尿牛丸」，潮汕地區是「爽口牛肉丸」。因為聲名遠播而供不應求，為防止質量不齊的問題，汕頭牛肉丸食品地方標準都已經快出台了：牛肉含量應達到90%才能冠以汕頭牛肉丸名稱。

牛肉丸用的是較好的腿肉，表面光滑氣孔細小均勻，放進嘴裡咬一口，彈脆緊實。如果擲在地上，當真可以彈跳起來。手打牛肉丸可是功夫活，舉着2根3至4斤的鐵錘，重重捶打砧板上的腿肉條40分鐘，直到黏軟成肉漿，拌勻鹽和胡椒調味，再從虎口擠出成丸子，丟進熱水裡成

型。打牛肉丸的漿按照含水量，也有硬、中、軟漿之分。軟漿打出來的較為鬆軟，硬漿則較為堅韌。講究的食客甚至會說，要手打，使用韓江水。

獅頭鵝巨如大狗

從春節至元宵期間，汕頭家家戶戶都要製作各種粿品。其中最著名的要數鼠曲粿。澄海的鼠曲粿以樟林所產最為有名。它是用野生鼠曲的芯葉入鍋熬煮，瀝去澀水後，放入石臼春爛，再以糯米粉摻和揉製成糕皮，包上餡料，有甜、鹹、雙烹（半甜半鹹）幾種。包製後，放入木模壓印，墊在蕉葉上入蒸籠蒸熟。吃時可再蒸熱或油煎，入口有軟香、甜潤之感，別具風味。

此外，汕頭還有一種對外人來說十分罕見的家禽獅頭鵝，這種鵝體型巨大，足有一隻大中小型犬的身材，公鵝臉有很多黑肉瘤，狀似獅頭，故此得名。潮汕人吃獅頭鵝，多用滷製的方式。與燒鵝去除翼、腳、內臟的製作工藝不同，滷鵝需將整頭鵝幾乎從頭到腳都保留下來，有趣的是，被燒鵝遺棄的鵝肝、鵝頭、鵝掌、鵝翅，都是潮汕人嗜食喜啖的部位，製成滷味變成極品和精華，可稱得上是潮汕滷水的集大成。

跟 我走有着數

潮州：深圳灣口岸出發，上水官高速公路行駛17公里，轉至瀋海高速公路198公里後進入潮惠高速，再行駛65公里。然後沿甬莞高速公路行駛48.50公里，下高速進入新鳳路即到。

汕頭：深圳灣口岸出發，上水官高速公路行駛17公里，轉至瀋海高速公路288公里，然後轉至河浦大道行駛9公里，進入南昆線行駛5公里可至。

澄海：深圳灣口岸出發，上水官高速公路行駛17公里，轉至瀋海高速公路314公里，轉至福昆線行駛6公里。下高速沿文冠路行駛1公里可到。

城 事特搜

2017廣州迎春花市燈光音樂會

時間：2017年1月24日至2月11日
(19:00-22:30)
地點：廣州塔—海心沙—花城廣場

2016-2017年廣州首屆極地冰雪節

時間：2016年12月23日至2017年2月28日
地點：正佳廣場

增城白水寨春節活動：

2017新春遊園會
時間：2017年1月28日至2月2日
地點：廣州增城白水寨

澄海豬頭粽

製作考功夫

從區位上來分，澄海雖然只是汕頭的一個區，但要拿出來單獨介紹，不止因為它是全國有名的文化之鄉，更因為它在地方小食方面也頗具特色。玩具禮品是當地的第一大產業，這意味著帶孩子的遊客一定不能錯過，在品嚐當地美食的同時還可以逛逛琳琅滿目的玩具市場。

澄海的小食歷來名目繁多，製作精細，味道鮮美，備受青睞，飲譽海內外。其中最出名的當屬豬頭粽，作為一種早點和消夜的佐餐食品，它以豬的頭肉、腿肉為主料，分粗、細兩種。粗的較鬆脆；細的較鬆軟，各具特色。其製作方法十分考究。先選上等豬頭肉和瘦肉，配以丁香、八角等香料，滷製一定時間，去掉脂肪，用腐皮包好，外邊再用細草布包裹，之後放入長方形的模

具，壓製之後，撤去木模，便為成品。

勝糕軟滑又香甜

潮汕勝糕則是一種風味獨特的糕點食物。潮汕勝糕廠坊群中，要數澄海蘇南勝糕最有名，尤以塗城人杜光華的「光華」店所產勝糕為佳。該店首創於民國初年，以其柔軟潤滑、清涼香甜等特點而馳名各地。蘇南勝糕是用糯米、豬油、白砂糖、芝麻仁等上乘原料製作而成的。

此外，還有隆都米糰。米糰，俗稱「米錢」，是用糯米磨粉，加水攪拌成塊狀，煮熟後再反覆揉拌作為皮，用加油的烏豆沙或瓜丁作餡，再用扁圓體木模製而成。米糰製成後，再添上一些芝麻，這樣吃起來更有一番滋味，有香、甜、柔、滑等特點，令人讚不絕口。

廣州長隆酒店 除夕年夜飯

承載辭舊迎新美好祝願，享受我們為您準備的一桌寓意豐富吉祥如意的年夜飯吧！宴會當晚，酒店國際會展中心為您準備了傳統粵曲演唱、外籍樂隊演奏、大馬戲表演等精彩節目，必定讓這一頓年夜飯，既能享受滿桌的佳餚盛饌，也能更深切地感受節日的歡樂氣氛。
時間：2017年1月27日(17:30-21:30)
地點：廣州長隆酒店國際會展中心
票價：憑印花可享4位1,498元、8位2,988元人民幣的優惠價



印花

獅頭鵝