

商场「扫街」

吃出个

来



上) 放题材料丰富，其中「富士山の汤」(右)

街上「扫街」就如小贩般会碰上日晒雨淋，入商场无此顾虑且环境舒适。这次请来三位女士组成大胃王女兵团，包括Winglee、Macy及Eman，于将军澳Pop Walk 2期展开狂食之旅，从午餐到甜品，一直吃个不亦乐乎！

“牛助”顾名思义是日本菜。该店主打放题，师傅于汤底上最花心思。店主推介的两款美颜汤底是“牛蒡葱汤”和“富士山の汤”。选食材料包括日本的牛肉、和牛以及美国小牛排。

大胃兵团未吃放题，已先吃午餐定食，她们点了西班牙象黑毛猪的“豚肉定食”和刺身，连前菜小食也是师傅精心炮制。大胃兵团扫个清光，已饱了一半，当店主送上汤底，和一件冰冻像是“钵仔糕”的东西时，她们满脸疑惑。店主解释说这是“富士山の汤”精华所在的骨胶原，汤底具养颜作用；另“牛蒡葱汤”的牛蒡来自日本，亦有抗衰老养生功效，很受客人欢迎。她们闻言已迫不及待行动，还说单是喝汤也很好味。



▲大胃王女兵团成员Winglee (左起)、Macy及Eman出动到商场“扫街”



日放题汤底<< 有乾坤

猜这是什么？冰冻骨胶原是也

大胃兵团饭后要吃甜品，来到“小方糖甜品店”。心想如没了“小”字，就是方糖“荒唐”甜品店。跟刘姓店主说起，他也是一笑。原来甜品店背后有一个故事。他和拍档同是年轻时参加展翅计划，其后却未能入职酒店学做甜品。他们没有放弃，改从甜品店学徒做起，八年前开始创业仍边做边学，体现港人狮子山下精神。

大胃兵团看见餐牌上的甜品目录双眼发亮，每样都想吃，结果叫了“清炖百合莲子雪燕”、“椰皇炖雪燕”、“芒果紫米小丸子”、“芒果多”、“心星”。店主说其中“芒果多”是益力多沙冰，能勾起大人的童年回忆。可是记者对“心星”更有兴趣，店主说灵感来自太太，材料中的草莓和其他配料多是心形形状，他向太太表达的“心星”(心声)，尽付甜品中。她们笑店主很浪漫，更赞甜品材料十足。



大胃兵团吃得津津有味

甜品店<< 诉“心星”



▲店主前面的甜品“心星”，向另一半表达心意，尽在不言中

>> 窝夫鸡翅 “对对碰”

大胃兵团接着找到“伊哥Cafe”喝下午茶。这是一间韩式西混合的餐厅。她们叫了“二人对对碰”，吃过后均说价钱虽是九十八港元，但物有所值。“二人对对碰”食物由两层餐碟盛载，底层的窝夫是自家制，入口烟韧，和街上的软身格仔饼，口感不同。上层的柚子鸡翅，也是店主自家腌制。店主说：“鸡翅先用柚子汁腌十二小时，煎熟后再扫上一层柚子汁，好吃而不腻。七彩颜色的小圆球‘爆谷鸡’亦是自创，吃时倒入纸袋并加入韩式粉料，再摇动纸袋，味道特别。”

店主本来是一位工程师，三年前转战饮食业学做厨师。由于他家族做韩烧自助餐，故将韩式西混合设计出不少新颖菜式。其中一款意大利洋葱翠玉瓜面，因翠玉瓜是韩国主要食材，配以西式烹调，别有一番味道。店主说他喜欢吃，如对他没有兴趣，就难以认真做好这份工作，太太本来是平面设计师，如今随他转型学习冲咖啡。离开时，想起一句话“嫁鸡随鸡”。



师，都说民以食为天

▶“二人对对碰”色香味俱全



扫街本来的意思是指清道夫的工作，却不知从何时开始，扫街竟由扫垃圾变成从街头吃到街尾的“扫街”文化。今期将“扫街”提升至另一层次，就是由街外走入商场，尝试一种室内的“扫街”风情。

大公报记者 陈惠芳 文、图

饭后“甘酒”<< 日日鲜

大胃兵团吃得饱饱，口里却说需再来个甜品，走了十五分钟路来到“乐糖”。此店亦是夫妻档，又是另一个“嫁鸡随鸡”的故事。女店主说他们都曾到过澳洲游学，丈夫本来是酒店西厨，是故除供应甜品外，亦有意大利薄饼和其他西式小食。

大胃兵团是次点的甜品有“甘酒”、“法国有机薰衣草香芋配雪糕”、“小混混”自选系列。“甘酒”是女店主用日本米亲自酿制，需时十二个钟且不能隔夜，是故每日皆是新鲜出品。她说：“这甜品尤其适合女性养生，连坐月也可饮用。”记者试了一小杯，但觉清甜可口。至于薰衣草香芋雪糕，则有减压作用。“小混混”即是由客人自选甜品材料，但糖水基本配料有黑糖水和豆腐花，而黑糖能活血化痰。店主为大胃兵团选了三色芋圆、兰香子和红豆等材料。她解释兰香子的水溶性纤维高，可令肠胃畅通。她们扫甜品又说想饮茶消滞。店主便推荐她们喝马鞭草(Verbena)，因有收身消脂去除下身水肿的功效。蜜蜂草则有排毒美肤，镇定情绪之效，并可改善失眠和助消化。

虽则商场“扫街”和街上“扫街”是两种不同风味，但吃到真正美食，亦不负“扫街”之名。



▲两夫妻享用甜品“甘酒”，真是甘苦与共



▲马鞭草及香蜂茶皆有养生美颜功效

“釜”中作乐



▲简洁的装潢让人感觉舒适亲切

简饮择食 >>> 简嘉明 文、图

“釜”，从前可能会让人立刻联想到成语“釜底抽薪”。如果单问“釜”这个字，有些人可能联想不到任何词语，所以连读音也不懂。时移世易，随着香港人到日本旅游比到长洲更普遍，现在拿着“釜”这个字在街上问人，大部分人都可以答：“釜！我懂，‘釜饭’的‘釜’！”

一个中文字若要到日本旅游才懂，无疑让人有点唏嘘。然而，若积极正面地看，透过旅游和饮食长知识也是一件好事。

“釜”，从“金”，音“苦”，指圆底的炊器，用于蒸煮。也有说是古代量器，早见于春秋，流行于齐。日本的“釜饭”，就是传统的锅饭，通常是一人分量，饭面铺上各种食材。香港人爱“煲仔饭”，用沙锅炭炉煮饭，饭熟后淋上适量的店家秘制酱油，顿时香气四溢，吃下暖人心脾。“釜饭”也有异曲同工之妙，只是现代换成以铝锅煮饭，饭仅熟后在饭面铺上食材，再用木盖焗熟。此外，日本人制作“釜饭”时会用木鱼及昆布熬制汤头煮饭，所以“釜饭”与“煲仔饭”的最大分别，就是吃“釜饭”时，不必再加酱油调味，因为汤头已渗进米饭中。吃时追求的，就是那抹原汁原味的清淡。铜锣湾登龙街是港岛区著名的“食街”，这条小小的横街“利食”，未有发展商重建翻新前已是吃广东小炒、潮式打冷和港式火锅的热点。现在街道变得干净与漂亮了，却仍是食肆的集中地，更是年轻男女和时尚潮人饭叙的好去处。早前朋友约我到登龙街的“奈良上釜”午餐，这食肆号称香港首家日式正宗釜饭店，开业已大半年。想不到小小的食店中午也接受订位，店员的服务态度也不俗。

“奈良上釜”店面是浮夸的红色鸟居设计，内里却是朴实无华的日式食肆装潢，感觉反差挺大，却也让人坐得舒服。这里的“釜饭”汤头材料除木鱼和昆布外，还加了蟹壳和虾壳，以增加饭的鲜味。这店的招牌菜是“蟹盛”，我和朋友却同点了“海胆釜”。上菜时，看到鲜明饱满的加拿大海胆



▲海胆釜饭材料充足，色香味俱全

铺满饭面，还有店家特制的海胆酱和香菇，前菜包括蒸蛋、渍物与面豉汤，分量充足。我们边聊边吃，不知不觉就将面前的“釜饭”吃光了！幸好铜锣湾除了是美食集中地，也是购物好去处，嗜吃又注重身材的食客餐后大可尽情逛街，消费之余也略尽绵力，消耗一点点卡路里。