

黄雅历

OK 美食



世界图书出版公司

OK 美食

黄雅历 编著

世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

1992

OK 美食

黄雅历 编著

南粤出版社(香港)出版

世界图书出版公司广州分公司 重印

广州市先烈中路 100 号大院 37 号三楼

邮政编码:510070

广东省花山印刷厂印刷

世界图书出版公司广州发行处发行 各地新华书店经销

1992 年 11 月第 1 版 开本 787×1092 1/40

1992 年 11 月第 1 次印刷 印张:4.25 彩图 12 P

印数:0001—10,000 册

ISBN:7-5062-2301-5/z

版权贸易合同登记号:00844

定价:3.60 元

出版社注册号:粤 014

目 录

“麒麟碧玉”养眼悦目	1
“金银满屋”气派不俗	2
每年一度“生财显贵”	4
“招财进宝”津菜包	5
四川佳肴“樟茶鸭”	6
炸鸡基本法	8
新派片皮鸡	9
抢手潮菜“酥炸八卦鸡”	11
“手撕鸡”今不如昔	12
“无髻鹅”瞒天过海	13
雀舌无复当年价	14
鹅肠妙在“爽”	15
“过桥龙虾鲍翅”意念新	17
大闸蟹黄扒鲍翅	18
红烧海鲜大鲍翅	20
酥皮焗翅反传统	21
蛇羹鱼翅共治一炉	22
“仙鹤神针”出“江湖”	23
人参入馔创新风味	24
高丽参鹿尾巴炖夜游鹤	26

“雪蛤羔”滋补功效高	27
牛肉上品“金钱展”	28
“果王炖竹丝鸡”宜产后进补	29
巧手炒几爽	30
闽江海蚌宜灼食	32
海参品种丰富	33
西贡特产海胆春	34
鲜味可口话蛭子	35
“啜”田螺	37
“淡水老鼠斑”三味	38
骨软肉嫩“文庆鲤”	40
佐酒隽品“干炒银鱼仔”	41
芒果烟三文	42
刀章幼细的“鱼米生菜包”	44
柠檬烧鳝片	45
浅谈生鱼	46
“老虎鱼”其貌不扬	48
“七彩鱼生”吸引力大	49
“水鱼清汤”与别不同	51
初尝澳洲“鲨鱼扒”	52
葡国咸鱼“马介休”	54
街头美食“鱼蓉生菜汤”	55
花雕鸡油蒸花蟹	56
清蒸重皮蟹	58

油泡蟹钳肉	59
北海道毛蟹味鲜甜	60
生炒基围虾肉	61
“蝴蝶杯”形意俱佳	63
越南著名小吃——蔗虾	64
吃蚝	66
法式带子石头烧	68
“日本带子”帆立贝	69
红花粉汁烩面条带子	70
炎夏时与“六月素”	72
“荷塘素燕”别出心裁	73
随俗素食“斋蛇羹”	74
“斋卤味”颇具人缘	75
豆腐价廉物美	77
鲍鱼菇食谱	79
乏味价高的竹笙	80
潮式“柱汁大芥菜”	82
中秋菜式话柚皮	83
荔枝菜谱之一二	84
逗人喜欢的牛油果	86
欧洲名贵蔬菜——雅芝竹	87
“司盖阿盖”原以野菜为主食	89
“石头火锅”反朴归真	90
“毛肚火锅配搭多样	91

“水晶晶火锅”名副其实	93
涮羊肉讲究调味料	94
“八宝冬瓜帽”选料治味	95
上汤灼瑶柱竹节苗	96
酥皮焗黑菌汤	97
泰式椰酱牛肉	99
沙爹的美丽错误	100
“特式烩牛杂”粗中有细	101
牛肉嫣红味更美	102
“纸包骨”用纸宜慎择	103
希腊“羊塔”	104
一百元可以吃上骆驼峰	105
难忘小吃“猪大肠”	106
法国血肠	109
“菠萝炒饭”清香四溢	110
印尼名食“东朋饭”	111
榄肉干虾肉松煲饭	112
御寒煲仔饭	113
开胃去积“鹧鸪粥”	114
鱼香茄子牛肉炒河	115
煎鹅肝焗通心粉	118
“淡菜墨汁面”的诱惑	118
最昂贵的“单尾”	119
辣味	120

XO 辣椒酱	121
“酸辣牛腩汤”气派不凡	122
典型泰国风味“冬荫功”	124
咖喱以颜色分等级	125
金牌甜品——“祝福”	126
“清心丸”名称待考究	127
高级甜品“美酒班戟”	129
熨斗苹果批	130
大良名食“姜汁撞奶”	131
“皇帝布甸”甜味适中	133
银箔配甜品	134
特色新地烟雾弥漫	135
明珠海珊瑚	136
潮州“三仙虎皮蛋”	137
淡水铁蛋大行其道	139
男士也爱“猪脚姜醋蛋”	140
虾饺质素每况愈下	142
饺子花款千奇百怪	144
油炸沙律热狗包	145
越南春卷的诀窍	146
“鸡屎藤”与“牛栏丸”	148
客家菜馆取巧声誉降	149
“五色五味”话韩菜	150
印式皇帝餐	151

两款微波炉美食.....	152
食品节中没有的美食.....	153
郊野烹饪考适应能力.....	154
喝啤酒的学问.....	156

三食，但毕竟，“片皮鸭”才是真正的主角。

如果单是以那层皮而言，在个人印象中，其食味比起广府人惯食的炸鸡略逊一筹，皆因“片皮鸭”或可以做到脆皮，但是它绝对难与“炸子鸡”的皮来作比较。此外，更加是嫌“北京填鸭”的那层皮的皮下脂肪过厚。在讲究饮食卫生，视胆固醇如洪水猛兽的今日，鸡皮似乎还更胜于鸭皮多了。而另一个更重要的理由，是香港所售的“北京填鸭”，都是由国内急冻而来的（其实用元朗的“米鸭”来作材料反而会更有好效果），讲究材料新鲜的香港食客，如何选当然亦该心里有数了吧！

正因为“炸鸡”的皮脆，故此广东菜也有“片皮鸡”的一回事，而“炸鸡”之皮所以特别脆，皆因制作方面的窍门更多花式。首先必需要选用靓鸡身，吹干之后，内腔涂味而外皮用麦芽糖水来涂匀，再行吊干，然后才再用吊炸的手法将滚油淋在鸡身上，使之熟透。由于此吊炸的方式会令到鸡皮均匀受热，薄肉的地方少淋两三次而厚肉的地方多淋两次，令到鸡皮（如翼尖）不会过焦。而由于麦芽糖受热变成“焦糖”，鸡皮变成金黄色而且香脆，这亦非填鸭皮所难及之理由。

新派的“片皮鸡”，排场更加威风。以每位

每个形式，用“蝴蝶夹”先夹以一片鹅肝酱，另在水榄圈上铺以一小撮的黑鱼子酱。此外，更有芒果、士多卑梨及龙眼肉来作点缀，气派十足而食味更佳，值得欣赏。

捻手潮菜“酥炸八卦鸡”

潮州菜之中，确然是不乏精致巧手的佳味。其中，又有相当多煎炸食谱，比如“虾枣蟹枣”、“珍珠叶”，以至小菜中之“佛手骨”等，均甚为不俗，像我辈喜欢喝两杯的人士，当然更会乐于欣赏了。

最近，在某潮州菜馆中所尝到的一个“酥炸八卦鸡”，便有相当不错的印象。

对于它何以称为“八卦鸡”，则不求甚解，事实上亦希望有识者能够教我，但是，这绝对是一个好菜。

“酥炸八卦鸡”，乃是选择鸡腿来作材料，其制作手法确然是十分别致。将鸡腿的一边轻划一刀，然后再向着上方将其肉翻起来，使鸡腿骨全部露出。最后，另以椒盐及少许生粉将此鸡腿肉腌透入味，再以滚油离火来酥炸，便是一款相当独特的“酥炸八卦鸡”了。

此菜式的优点是鸡腿肉翻开后厚薄均匀，绝对不虞有过焦与不熟并存的现象。此外，只需手持鸡骨便可以慢慢进食，而另一手持酒杯，又其味无穷。邻坐的朋友多口说：“看整件鸡一如太上老君之令旗。”未知，此就是“八卦鸡”名字的来由？

“手撕鸡”今不如昔

粤菜之中的凉食，未及北方风味的多采多姿，比如冷面，便属于一个明显的例子。不过在头盘风味中，却依然还有好几种不同的花式，比如凉拌手撕鸡，便属一例。

与手撕鸡相同的食味，是白切鸡。白切鸡本属佳味，略沾姜茸盐油（或再加葱粒），会增添不少食味，问题是有部分厨师渐“懒”，用食油之保险存疑。因为姜茸切碎之后遇热会变黑，以往的做法，就是将生油煮滚之后置冷才用，但部分厨师索性贪方便就将未煮过之生油来与姜及盐搅拌就算数，肠胃不好者容易拉肚子。故此，手撕鸡反而方便，以芝麻酱调味，效果不同而已。

凉拌的手撕鸡，就是将鸡肉用手撕开（鸡

皮例外),然后配以海蜇丝等拌匀,加以麻酱、炸花生等而作点缀进食,滋味相当出色。不过,现时不少厨师又是因为“懒”,甚至是大条道理的是“保持卫生”,“避免鸡肉沾染手气过多”,故此改以用刀来切丝,曰更加见其“美观”云。其实,用刀来切,肉的纤维已被破坏,在“咬口”方面,已失去咀嚼之乐趣了。因此,识饮识食的人士,宁愿仍是真正的手撕,否则何以名符其实。有相同之弊者还有一个皮蛋瘦肉粥,亦是在食味上大为逊色者。

“无髻鹅”瞒天过海

清明前后,乃是啖鹅的最佳季节,皆因此际乃是鹅只最肥美的季节,此时进食当然理想。

不过,话虽如此,一般消费者通常能吃到的所谓烧鹅,其实乃是烧鸭,而且为了瞒天过海,人们发明了“无髻鹅”这个名词而作为推搪,令不知就里的人士往往产生迷惘,怀疑起小学读书时老师所教之鹅有“髻”之说。

近年来,商人们另有新招,就是制作假“鹅髻”,办法也是十分简单,在此“鸭”未烧之

前，其皮尚软而有弹性之际，轻轻的划开其皮塞进异物，再行烧制，效果就会与鹅髻十分相似了。因此，在烧腊档中买烧鹅，最易中招。

鸭比鹅本身便宜得多，十来元已有一只，当作鹅卖，当然获利更多，而容易过骨的是阁下“斩料”，必然将此“鹅”斩碎，轻轻一刀将假髻斩去，再行开边，当然就不易发觉了。当然，光顾有名气的食肆，就可以避免有此被骗的机会，比如镛记的烧鹅与深井烧鹅，向来盛名气，此外，西贡白沙湾海霸渔港海鲜火锅酒家，其烧鹅之佳，而且吸引到不少知味人士驱车前往光顾呢！

雀舌无复当年价

满汉华筵之中有一道菜“桂花雀舌”，在食客的心目之中乃是相当矜贵的品种。一般人的心目中，矜贵的乃是“雀舌”，因为一只雀只得一条舌头，能够搜集得到做一碟菜的雀舌，必需要宰杀为数不少的雀鸟。且别提其来源，这个观念其实不确，因为这道菜式矜贵之所在，反而是“桂花”——桂花耳。传统的三菇六耳，当然有桂花耳（此物因有桂花的清香味

般酒楼食肆中，也少见这类菜式，因此要尝此味，惟有求诸小食肆甚或大牌档了。

敝友自美回来，在彼方十多年未尝鹅肠已久，因此急询在下于何处可尝鹅肠，当然是大牌档最方便了。

来一碟“豉油王鹅肠”并未足以解馋，于是再添一碟“豉椒鹅肠”。所谓鹅肠，其中不乏“西贝”货，即是以鸡肠代替。对于食家来说，一望便知了。

我对于鹅肠与鸡肠兼有同尝，只是言为鹅肠而杂有鸡肠，心有不甘而已。大概是一般食肆以卖鸡多于卖鹅，因此鹅肠较为疏用，而鸡肠更不入他饌，为求去路而出此法则未定。此情形在一般食肆中尚可原谅，但在专卖蒸鹅的潮州菜馆，居然也有此情形才令人莫名其妙。

要认出鸡肠与鹅肠，也很容易，因为鹅肠色呈半透明，而鸡肠则多属黄色，虽然是用“豉油王”炮制，也不能尽盖原来真面目也。至于鸡肠如何吃法，我最喜作粥料，主要是觉得它系鸡杂粥的一流材料是也。鹅肠胜在爽，尤以白灼最佳。

且提鸭肠，由于烧鹅烧鸭大兜乱，因此亦多见鸭肠介乎鹅肠与鸡肠之间，也许其较随

便之故。提起鸭肠，我特别喜欢腊鸭肠，因为它是冬令蒸饭之隽品也。

“过桥龙虾鲍翅”意念新

这几年来，海味的价格不断飞升，尤其是鱼翅的价格，涨幅已接近五成之谱。虽然有云“水涨船高”，“羊毛出在羊身上”，但是鱼翅的价格太高昂，就会令到食客却步了。因此，“配搭”这个方法就难免用上。利用其他材料与鱼翅一起成菜，既可以减轻成本，又不用担心货源不足，食客们亦无需捱贵鱼翅了。其实此法行来已久，廉价酒席中的“鸡丝大生翅”，便属这一类的例子。

配搭式的鱼翅食谱，依然是高级路线的亦相当多。比如“竹笙酿鱼翅”、“凤袖藏金针”（“鸡翼酿翅针”）、“麒麟鲍翅”、“仙鹤神针”（“乳鸽酿鱼翅”）与“凤吞翅”，还有其他不俗的设计均能受到食客欢迎，因此，在这方面的新构思，便会愈来愈多了。最近尝试过一道“过桥龙虾鲍翅”，同样是有极佳的效果，值得欣赏。

“过桥”，是指由一处搬到另一处之意，其

构思是源于自云南的“过桥米粉”。

“过桥龙虾鲍翅”的制作过程：是先将鱼翅与菜胆置放于已准备好的白瓷盅内，另配以一个有啫喱羔以供燃点的银座之上。

另一方面，则以大银锅将高汤另上，同样煮熟至滚为止，再加上一盘经切肉起出的龙虾盘（用木船盛载），先在食客之前亮相，然后由侍应员即席为食客们将龙虾肉灼熟，置于餐碗上，再淋以高汤，燃点着啫喱羔暖着，便可奉客了，这种别具气派的食翅方式，值得参考。

至于龙虾头与爪，也不会被浪费，可将它们端回厨房，斩件后用上汤来焗或豉椒来炒食均宜，其实就此用上汤来将其灼熟，也不错呢！

大闸蟹黄扒鲍翅

写本文的时候，大闸蟹已经是尾造了。不过，嗜食此物者，依然尚可以啖到大闸蟹之余香，这就是蟹粉。

广府人或者有对于蟹粉之货源未有好感，以为这是用那些“神仙蟹”或者是“慢爪