

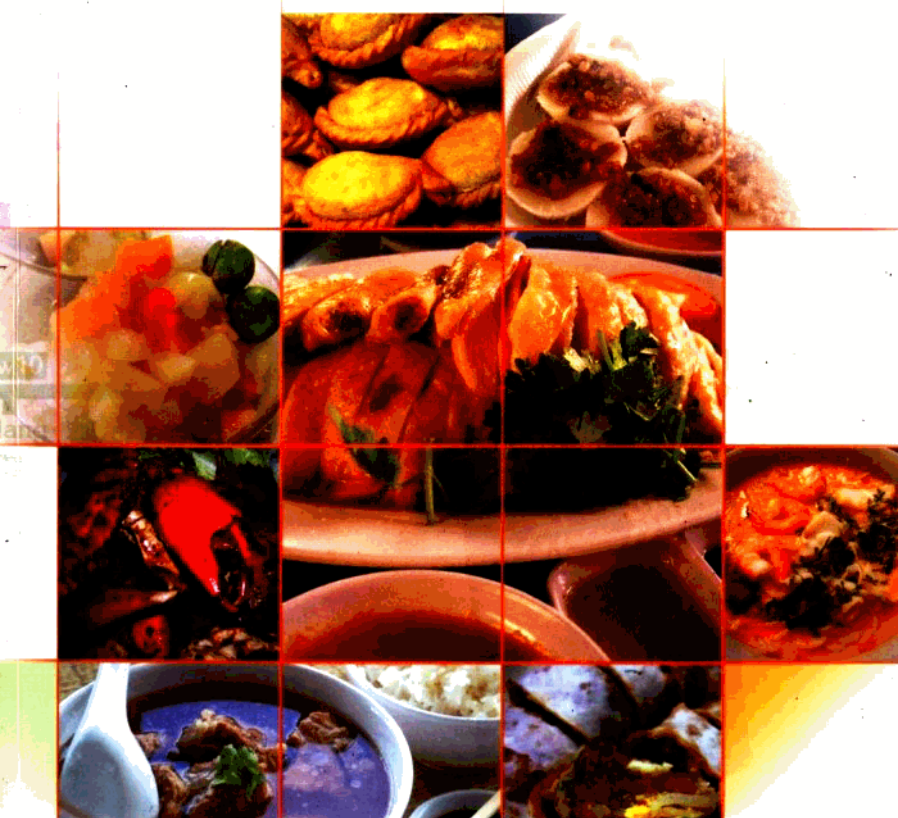
萬里機構 · 萬里書店出版

新加坡

美食地圖

Eating around Singapore

王祚森 著



鳴謝 Acknowledgement

作者在此衷心向下列機構給予的支持和協助致以謝意。

Amara Hotel Singapore

Audrey Wong of Raffles The Plaza

Canny Loi of Loy Sum Juan Restaurant

Daniel Lim of Beaulieu Restaurant

Mrs Chew of Lei Garden

Christina Wee of Les Amis Pte Ltd

Christopher Lee of I-Chai Food Speciality
@ Chomp Chomp

Desmond Foo of The Third Eye (Photo of Les Amis
Restaurant Exterior)

Eileen Chong of The Fullerton Hotel, Singapore

Gina Quek of Senso Holdings Pte Ltd

Halia Restaurant

Henry Quah of Paulaner Brauhaus (S) Pte Ltd

Hian Ming of Sixth Sense Communications & PR
Consultancy Pte Ltd

Ho TC of Peach Garden Restaurant

Hui Qun of SFBI (Asia-Pacific) Pte Ltd

Imperial Herb Restaurant

Lucy BBQ Seafood @ Chomp Chomp

Jason Pope of Hog Breath Cafe Singapore

Jaymee Gam of Garibaldi

Jenny Yap of Guan Hoe Soon Restaurant

Jo Teo of Tambuah Mas Indonesian Restaurant

John Quah of Stuart Anderson's Black Angus

Johni Teo of Lai Lai Beef Noodle

Kevin Sih of The Rice Table Indonesian Restaurant

Kuriya Dining

Melissa Kong Hwei Peng of Far East Hotels

Melody Chong of Tung Lok Group

Nino & Rozi Laino of Porta-Porta Italian Restaurant

Pan Pacific Hotel, Singapore

Pasta Brava Italian Restaurant

Rachael Mok of The Legends Fort Canning Park

Raffles Hotel, Singapore

Raffles The Plaza

Richard Lim of Les Amis Pte Ltd

Roxan Villareal of San Marco at the Lighthouse

Roxy Laksa & Prawns Noodle @ East Coast Lagoon
Food Centre

Ruth Chen of Flutes at the Fort

Sharon Peh of PFS Pte Ltd

Spring Court Restaurant

Sri Gayathri of Oso Ristorante

Sunny Mark Seet of R E & S Enterprises Pte Ltd

Swissotel The Stamford

T. Obayashi of Pokka Food (S) Pte Ltd

Teh Choon Ling of Goodwood Park Hotel

The Fullerton Hotel, Singapore

Toa Payoh BBQ Chicken Wings @ Lor.5 Toa
Payoh Food Centre

Trina of Swissotel The Stamford

Vera Lee of Whitebait & Kale Pte Ltd

榮記馳名魚圓麵 @ ABC Brickworks Food Centre

榮記怡保河粉雲吞麵 @ Changi Food Centre

友誼魚糜 @ Chomp Chomp

韓家肉骨茶 @ East Coast Lagoon Food Centre

新加坡

美食地圖

Eating around Singapore

王祚森 著



萬里機構 · 萬里書店出版

感謝新加坡駐港總領事館提供部分圖片，特此致謝！

新加坡美食地圖

編著

王祚森

編輯

張玉忠

出版者

萬里機構・萬里書店

香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心1305室

電話：2564 7511 傳真：2565 5539

網址：<http://www.wanlibk.com>

發行者

香港聯合書刊物流有限公司

香港新界大埔汀蘭路36號中華商務印刷大廈3字樓

電話：2510 2100 傳真：2407 3062

電郵：info@suplogistics.com.hk

台灣總代理

聯合出版有限公司

台北縣新店市中正路542-3號4樓

電話：02 2218 0345 傳真：02 2218 1011

承印者

美雅印刷製本有限公司

出版日期

二〇〇七年八月第一次印刷

版權所有・不准翻印

ISBN 978-962-14-3527-9

Published in Hong Kong



前言 >>

撇開乾淨、炎熱、現代化、守法、花園城市等刻板印象，新加坡還有甚麼會讓你留下深刻印象？

答案肯定會是新加坡美食。

不因為自己是新加坡人就刻意往自己臉上貼金，這個彈丸小國的許多特色美食除了讓離鄉背井的新加坡人無法忘懷家鄉獨特的口味，同時它也「俘虜」了許多到訪新加坡的訪客。

說新加坡是「亞洲美食之都」其實也不為過，凡舉世界各國之佳餚在新加坡幾乎都能找得到，例如傳統的中菜和娘惹菜、印度菜、印尼菜、泰國菜、越南菜等，現在，如法國菜、意大利菜、德國菜、美國菜、澳洲菜、巴西菜、俄羅斯菜等各國美食也進駐新加坡。雖說口味上已做了改良來迎合一般大眾，有些甚至於還慢慢地演變出獨特的新加坡口味，成為新加坡美食的一份子。

眾所周知，新加坡之飲食文化來源是綜合了多元種族及各種文化、烹調風格及技巧的薈萃。新加坡和馬來西亞兩地的美食經常被有心人士拿來做比較，

基於地理位置以及兩國的歷史背景，兩地許多美食的名

稱不盡相同或處理上有相似之處。但隨着新

加坡人口味上的改變以及經營者的改

良，兩地的口味也逐漸有了明

顯的區分。若想品嚐真

正道地的新加坡



美食，隨處可見的熟食中心Food Centre無疑是最佳的選擇。

新加坡人嗜吃，凡舉辦任何的美食節，總能見到偕老攜幼全家集體出動品嚐各式各樣的美食。吃，如今已漸漸地變成了新加坡人的休閒活動。

提起新加坡美食，信手拈來：「海南雞飯」、「沙爹」、「辣椒螃蟹」、「叻沙」、「炒粿條」、「肉骨茶」、「菜頭粿」、「魚丸麵」、「咖喱魚頭」、「烤方魚」、「印度煎餅」、「牛肉粿條」、「炒福建蝦麵」、「羊肉湯」、「薄餅」、「囉惹」、「馬來椰漿飯」等等，都讓許多品嚐過的訪客留下深刻印象。

另外，還有一些讓人留下深刻印象的糕點和小吃更是不可錯過，香味撲鼻的國民小吃「咖喱角」；香港藝人情有獨鍾的綠色蛋糕「香蘭蛋糕」；色彩鮮艷的「娘惹糕點」；唇齒留香的「咖椰烤土司」、「嘟嘟糕」；樸實又充滿花生芬香的「麵煎粿」；口味獨特的「窩打窩打」；華裔傳統小吃「水粿」、「豆乾包」；馬來小吃「炸香蕉」；烏黑圓滾又讓人訝異的「香蕉糕」；還有清涼無比潤喉解渴的「甘蔗汁」等等。

本書以介紹「新加坡美食」為主，我將盡其所能為大家講解和介紹新加坡最常見又最值得品嚐的特色美食，至少下次你來新加坡遊玩，已多少對這裏的美食有了最基本的認識。同時，我也為大家設計了「搭地鐵新加坡美食吃透透」供大家放膽到新加坡其他較不熟悉的區域去品嚐美食，希望能為你的新加坡之旅增添一些色香味。

總的來說，歡迎你到新加坡。

王祚森



目錄

前言 | 003

垂涎三尺的地道美食 | 006

美食篇 | 008

飲料及甜品篇 | 038

熱帶水果篇 | 044

搭地鐵新加坡美食吃透透 | 048

東西線－東段 | 052

東西線－西段 | 074

南北線－中北部 | 096

東北線 | 124

餐館索引 | 135

新加坡式英語補習班 | 142

詞彙講解 | 144

遊客須知 | 150

後記 | 158

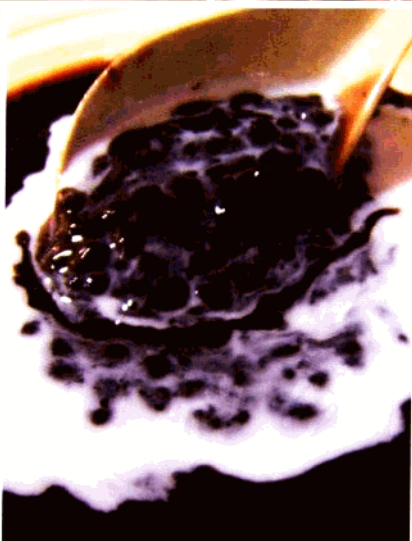


>> 垂涎三尺的 地道美食 >>

>> 美食篇

>> 飲料及甜品篇

>> 熱帶水果篇



新加坡美食

在新加坡尋找美食一點都不難，幾乎每個轉角的咖啡店、熟食中心、商場食閣或餐館都有大量的美食供客人選擇。許多國人多數在外解決三餐，所以前往最平民化的熟食中心尋找地道美食絕對是最明智之舉。

多數的熟食中心幾乎全年無休，不分晝夜全天候的為客戶服務。至於供選擇的美食種類也多到讓人目不暇給，各式各樣的中式、馬來式、印度美食，從小吃、點心、粥飯、麵食、燒烤和海鮮等應有盡有。千萬別錯過品嚐地道的甜品，若您胃口極佳，還能繼續吃的話，新鮮的熱帶水果更是不可錯過！

<小貼士——新加坡美食節>

若您嗜吃、愛吃，新加坡於每年7月份舉辦的「新加坡美食節」將會是您不可錯過的活動。這個長達一個月的活動，掀開序幕的是深受國人及遊客喜愛的「辣椒螃蟹」總匯，集合了國內知名海鮮餐館的大廚展示各自的手藝。活動期間，全島部份的熟食中心及餐館也共襄盛舉為活動全力以赴，為老饕和食客準備風味獨特的新加坡美食以及其他東南亞美食。

相關網站：<http://www.singaporefoodfestival.com/>

美食篇 > >



<海南雞飯> Hainanese Chicken Rice

這道被新加坡人公認為「國菜」的海南雞飯，是所有人到訪新加坡時必食的一道佳餚。源自中國海南文昌縣，從著名的文昌雞而漸漸演變為現今的海南雞飯。

海南雞飯除了雞肉講究，那香氣十足的雞油飯更是馬虎不得。早期的吃法是將香味撲鼻的飯弄成飯糰，飯糰和斬成塊狀的雞肉一起吃。但因為做飯糰非常費功夫，現今想吃到最正宗的海南雞飯已經不容易了。



海南雞飯多以斬成塊狀的雞肉配上一碟雞飯加一碗雞湯，伴隨着一小碟的特製辣椒醬、薑茸及黑醬油一起食用。現今除了原有的白斬雞以外，還有油雞以及燒雞共三種供食客選擇。



若是到熟食中心食用海南雞飯，伴隨的特製辣椒醬會比平常在旅遊區所吃到的辣椒醬還辣上數倍，許多攤販在製作辣椒醬時加入指天椒來迎合新加坡人嗜辣的飲食習慣。

<辣椒螃蟹> Chilli Crab

辣椒螃蟹和海南雞飯一樣都被喻為新加坡非官方的「國菜」，若你嗜吃螃蟹又喜歡辛辣口味，辣椒螃蟹肯定會讓你的味蕾有另一番體會。



辣椒螃蟹通常是採用新鮮肥美的斯里蘭卡螃蟹，蟹肉紮實肥厚有彈性，加上那由辣椒醬、蕃茄醬、雞蛋等烹調而成的濃稠醬汁，讓品嘗過這道菜的人都無法抗拒它的魅力。

要享受辣椒螃蟹的美味，建議你用手剥着吃，而濃稠醬汁即是精華所在，拌麵或飯，又或者用麵包、饅頭沾着來吃，即使不吃辣食的食客都會屈服於它的美味。

小貼士 甚麼飲料最能解辣？

豆漿（即是豆奶或新加坡俗稱的豆花水）。因為豆漿含大豆蛋白，某種程度上可以保護舌頭。新加坡許多美食偏辣，想在這裏大肆「吃香喝辣」，喝豆漿準沒錯。



<胡椒螃蟹> Pepper Crab

這是一道經常伴隨著辣椒螃蟹一起上桌的螃蟹佳餚，近年隨著新加坡人在口味上喜愛嘗鮮求變，胡椒螃蟹也逐漸地打響自身的名堂，從原先配角的角色慢慢地展現出頭角來，並且已擁有許多好吃螃蟹的饕客支持。

胡椒螃蟹同樣是採用新鮮肥美的斯里蘭卡螃蟹來烹調，不同之處是它屬乾炒，沒有濃稠的醬汁。胡椒螃蟹最吸引人之處是其香氣逼人，當胡椒的香氣滲入蟹肉後又提升了鮮味，讓食客唇齒留下胡椒的辛香。

胡椒螃蟹一般都是以比較嗆鼻的黑胡椒來炒拌，但著名的無招牌海鮮館則是選擇以味覺較溫和的白胡椒為招徠。



<肉骨茶> Bak Kut Teh

這道美食相信是早期南下討生活的苦力所「研發」出來補充體力的食品。以當年物資貧缺的年代，使用一帖藥材、大蒜、胡椒加排骨及豬骨來熬肉湯，再以此料理來下飯，是辛勞過後最窩心的滿足。隨着年代的變遷，當年一道不起眼的食品演變成今日著名的肉骨茶。

新馬兩地皆有肉骨茶，但在口味上則是完全不同，馬來西亞的肉骨茶湯底色濃（閩式），藥材味較重，而新加坡肉骨茶之湯底色淺（潮式），胡椒味偏重。

肉骨茶不是「茶」，肉骨茶之「茶」，其實是指飯後那盅熱呼呼的潮州功夫茶。湯底的甘甜與茶的香濃，兩者不但相得益彰，同時還能達到解油膩之效。

<炒粿條>

Char Kway Teow

香港食客將它稱之為「炒貴刁」（貴刁取其諧音，粿條即是有點類似台灣的「板條」），誠然這粵語譯名中固然帶有「貴」字，而實際的情形又恰好相反。

這道讓許多老饕喜愛的美食原本是上不了檯面的食物，據說炒粿條原是出自窮人家的廚房，有點類似醬油拌飯般的寒酸。現今炒粿條依然使用豬油起鍋，烹調方式其實有些即興，是將一些便宜或現有的佐料加黑甜醬一起拌炒即可的即興餐食。



小貼士 常聽到攤販問：「要不要Hum」，這是什麼意思？

新加坡使用的蛤「Hum」是指蜆蚶（cockles）。若你對海鮮貝類敏感或因為擔心腸胃不適，建議你不要嘗試。



<叻沙> Laksa

這道娘惹佳餚目前在各亞洲各地幾乎都能找得到，只是口味方面已經做了改變。其實叻沙又有好幾種，馬來西亞最負盛名的是檳城阿三叻沙，而新加坡則有娘惹咖喱叻沙，其中又以加東叻沙最為著名。

這道以香料、辣椒及椰漿等混合烹調，口味上帶有一絲甜、鹹及溫和的濃郁湯汁，加入新鮮的蛤、油炸豆腐、魚餅、鮮蝦、豆芽菜、特製辣椒醬及粗米粉，味道之獨特是必讓你無法抗拒其誘人的魅力。

加東叻沙和一般的叻沙最明顯的不同之處除了湯底及爆香的特製辣椒醬以外，最為特別的就是捨棄了筷子的使用。土生華人為了飲食上的方便，將粗米粉剪短以使用湯匙來作食具。



＜菜頭粿＞ Fried Turnip Cake (Chai Tow Kueh)

這道美食幾乎到哪兒都能尋獲其蹤影，從早餐或夜宵場所都有供應，深獲新加坡人的喜愛。菜頭粿即是「炒蘿蔔糕」，分黑白兩種炒法。白菜頭粿是使用麵粉和白蘿蔔絲混合蒸熟，凝固成塊狀後，加以醬油、雞蛋和菜脯（有些攤販甚至加入蝦仁）煎炒至外表金黃，外脆內軟即可食用。若加入黑甜醬翻炒，即變成香味撲鼻，鹹中帶甜，柔和可口的黑菜頭粿。



＜蠔煎、蠔蛋＞ Oyster Omelette

這道和台灣的「蚵仔煎」極為相似，蚵仔煎是以蚵仔加上蛋和些許青菜，還有生粉水煎成，吃時淋上甜辣醬。而新加坡的蠔煎則是以生蠔、雞蛋、青蔥加上麵糊煎成餅狀，生蠔大而鮮，吃起來還帶有些許海水的味道，吃時蘸上酸辣醬來吃。做法固然接近，但味道卻完全不同。蠔蛋則是近年較流行的

吃法，生蠔不僅量多，和雞蛋完美的結合更讓人動容，比蠔煎更討好。

<肉脞麵>

Minced Meat (Pork) Noodles (Bak Chor Mee)

這是一道典型的福建傳統麵食，老饕多數選擇乾撈多於湯食，早期的佐料為豬絞肉、燻冬菇片及豬油渣，以醋和辣椒醬提味，配上鹼水麵即可。後來由於售賣的人開始多了起來，隨着籍貫的不同也各自豐富自己的佐料。除了加入了扁魚乾、魚餅片、豬肝、豬肉丸，就連餛飩也來湊熱鬧。



<炒福建蝦麵> Fried Hokkien Mee

這道看似平平無奇的麵食，在新加坡美食當中，它的魅力足以讓許多老饕甘心排隊等上一個小時也不埋怨。炒福建蝦麵據聞源自早期福州南下的華人，後來結合了南洋烹調特色而演變成為新加坡人極為喜愛的麵食。

炒福建蝦麵是將熟麵條混粗米粉連同三層肉碎、鮮蝦、墨魚、蒜茸、蔥段一同拌炒，接着再淋上用豬骨和鮮蝦熬出的上湯燜煮，這道麵食在時間和火候的拿捏必須精準，太乾或太濕都不合格。在品嚐之前，將酸柑汁擠入麵食中，同時也將特製辣椒醬一起攪拌以提升其香味，賣相毫不起眼，口感卻相當誘人。

<福建蝦麵> Hokkien Prawn Noodles

和「炒福建蝦麵」只相差一個字，卻又是另一道相當美味的麵食。福建蝦麵的材料看似簡單，不外是鮮蝦、豬肉片及熟麵條，但最吸引及讓人為之動容的是那用豬骨頭、蝦頭及搗碎的蝦殼所熬煮出甜美無比的湯底。

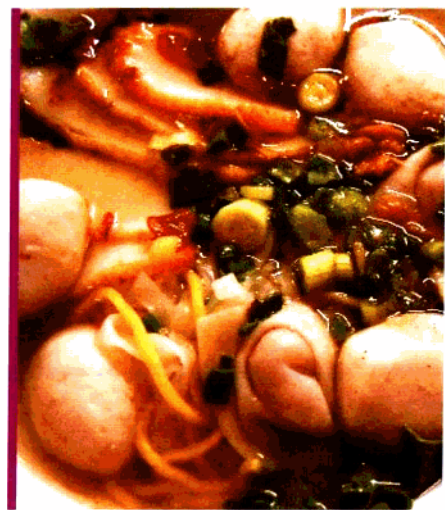
福建蝦麵同樣有乾撈或湯食供選擇，新加坡國民一般口味重偏辣食，若你不愛食辣又選擇乾撈福建蝦麵，切記吩咐攤販不要下太多辣椒醬。



<魚丸麵 (魚圓麵)> Fishball Noodles

魚丸麵的名氣雖然不及其他美食般響亮，但它確實是許多新加坡人和旅客喜愛的新加坡美食。魚丸麵有乾撈或湯食供選擇，麵類的選擇也多樣化，從米粉、粿條、米苔目、熟麵條（港稱油麵）、冬粉、鹼水麵（俗稱麵薄「mee pok」或麵仔「mee kia」）或混合變化都行。

魚丸麵的主角是搓捏成乒乓球般大小煙韌彈齒的魚丸，其他佐料還包括魚餅片、豬絞肉、冬菇片等。若不想食用麵食，單點一道



魚丸湯來打牙祭也是很棒的選擇。若攤位招牌打上「福州魚丸」，即是一種包了餡的魚丸，通常是碎豬肉。

<魚頭米粉> **Fish Head Bee Hoon**

這道美食是許多港台藝人和遊客非常喜愛及推崇的一道南洋佳餚，若選十大美食，魚頭米粉肯定上榜。

魚頭米粉的主角是魚頭而非米粉，魚頭則是選用生魚或松魚，魚頭必須非常新鮮否則會有腥味，魚頭美味之處不僅在魚肉，魚肉鮮嫩不在話下，魚眼周圍、魚鰓及魚唇盡是豐富的膠質，這才是愛啃魚頭的老饕所着迷的原因。

若你點的魚頭米粉湯底呈現乳白色，那是加入淡奶所致，有些攤位的湯底不加淡奶（也可事先吩咐），而是使用老薑和魚骨長時間熬煮，味道更為鮮甜。



<牛肉粉/牛肉粿條> **Beef Noodles / Beef Kway Teow**

牛肉粉為早期南下的海南人所獨創，汆燙的粗米粉配燙半熟的牛肉，再加入濃郁的特製鹵汁伴隨芹菜和芫荽，即是著名的海南牛肉粉。當無味的粗米粉裹上特製鹵汁，即刻吸收其鮮美，入口即時能感受到特製鹵汁的牛肉精華。

牛肉粿條早期多數為潮州人售賣，潮式牛肉粿條為湯食，湯清味甜，配上牛肉、牛肚、牛筋及一些鹹菜，即是一道深受牛肉愛好者喜愛的美食。



< 卤麵 >

Lor Mee

另一道福建傳統麵食——卤麵給人的感覺非常兩極化，那黏稠的卤汁感覺像台灣的酸辣湯，口感屬偏酸，喜歡的人會即刻愛上（尤其是女性），不喜歡的則會嫌東嫌西盡挑不是。

卤麵所使用的麵條有些許特別，選用的是粗蛋黃麵條，佐料方面其實相當豐富，有卤肉、炸五香、魚餅、水煮蛋

等，淋上那烏黑發亮黏稠的卤汁，伴隨新鮮切碎的辣椒、蒜茸、芫荽、蔥花及些許黑醋即可上桌。

< 手工板麵/麵粉粿 >

Ban Mian / Mee Hoon Kueh

有人說板麵屬福建人的特產，但個人始終覺得它屬北方麵食多些，畢竟麵食確實為北方人的主要食糧。

凡是打着「手工板麵」旗號的板麵攤位肯定都有售賣俗稱為麵粉粿的麵食。由於兩者的麵糰做法相同，板麵製作是將麵糰擀平，再以製麵機切成條狀，而後者則是用手將麵糰給掰成一小塊不規則的麵皮。

板麵和麵粉粿在下鍋的時間上必須拿捏準確，時間稍微一長，麵則變得黏牙，口感不佳。湯底多數是以江魚仔或海鮮來熬煮，再加入新鮮蔬菜、豬絞肉、燻冬菇片、酥脆江魚仔及先前爆好的紅蔥頭油即可上桌。

