

蔡澜品味²

蔡澜叹名菜 粤港澳美食地图



蔡澜 著

广东旅游出版社

GUANGDONG TRAVEL & TOURISM PRESS

悦读书·悦旅行·悦人生

蔡澜
CAILANPINWEI
2
品市

蔡澜叹名菜

粤港澳美食地图

蔡澜◎著

广东旅游出版社

图书在版编目(CIP)数据

蔡澜叹名菜：粤港澳美食地图 / 蔡澜著. -- 广州：广东旅游出版社，2014.01
(蔡澜品味；2)

ISBN 978-7-80766-544-1

I. ①蔡… II. ①蔡… III. ①饮食—文化—中国 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第279411号

策划编辑：张晶晶
责任编辑：张晶晶
装帧设计：邓传志
 蔺 辉
责任技编：刘振华
责任校对：李瑞苑

广东旅游出版社出版发行

(广州市天河区五山路483号华南农业大学公共管理学院14号楼三楼 邮编：510630)

邮购电话：020-87348243

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

深圳市希望印务有限公司印刷

(深圳市坂田吉华路505号大丹工业园2楼)

787毫米×1092毫米 16开 13印张 100千字

2014年1月第1版第1次印刷

印数：1-8000册

定价：39.80元



【版权所有 侵权必究】

本书如有错页倒装等质量问题，请直接与印刷厂联系换书。

序

新一辑的饮食节目叫《蔡澜叹名菜》，我对这个标题有点意见。第一，那个“叹”字是广东人才明白的，是享受的意思，但其他地方的人叫起来，总是有点悲哀，总把“叹”字联想到叹气来。也成为我旅行团的标题。日文的“叹”字发音成Tameiki，有点“叹”一声出来的味道，问我说：“Doosite Tameiki？”（为什么要唉声叹气呢？）

但是电视台那么决定，我也不便去推翻，只要尽力去做，把节目做到最好，已向自己交代，叫什么名字就不要紧了。

好在播出之后，收视率平均都有30点之上。对这种非戏剧性的节目的收视，算是高的。“托赖”，“托赖”，谢谢大家的收看，也感谢金庸先生。

我做过的节目，像《蔡澜逛菜栏》等，都有金庸先生的题字，经他老人家大笔一挥，总带来好运。这回不例外，要求墨宝。金庸先生也觉得节目名不妥，后来经我再三要求，勉为其难也写了，我才有信心。

我的两位拍档，苏玉华和Amanda S.都是在《美女厨房》那个烹饪节目中得过冠军的，前者精通中菜，后者到过法国的“蓝带学院”学做甜品；最重要的是她们两人，对厨艺都有一份热爱，吃东西时的反应真挚，一点也不假，已非常胜任。

《蔡澜叹名菜》第一集播后，无线的同事来电：“收视率平均有29点，多的时候是32点。”

“1点到底有多少人收看？”我一窍不通。

“近10万。”

“那到底是多少嘛？”我的数学课早已不及格，“请正确一点报上来。”

“等于是说，那晚最多观众有2014180人。”

香港人口700万，约1/4的人看这个节目，算有个交代。

“当然，加上珠江三角洲，那就不得了了。”电视台的同事又说。

把这个消息告诉了苏玉华，她惊叫了一声，高兴得很。另一位女主持Amanda S.也欢呼。多得这两位佳人，谢谢。

幕后工作者和企划人都要感谢，我不会像得到金像奖那么滔滔不绝地连祖宗三代也加入到名单宣布。

其实，信心是有的，自从金庸先生为我题了字，已建立。每回有老人家的标题，都有福气成功的。

Amanda S.的粤语不太灵光，但愈做愈好，她时常把耐心和信心混在一起，不会使用。耐心也好信心也好，两者都需要，这个节目1小时，大家看得轻松，我们要经过6天的制作才能完成，再下去还有一阵子忙的。

第二集是讲点心，第三集谈海鲜和河鲜，把香港的饮食事业作一详细的报告。本来一个特辑是13集的，当今已增加集数，以18集播出。

我们会研究一家食肆的存亡问题，得到的答案是：只要有特色的话，一定做得好。经营不下去的，租金贵是主要的原因。

但是在香港，除非是自己的物业，有哪一间不是在“挨贵租”？一家卖豉油牛扒的，在40年前开业时，也因贵租而搬到深水埗去。当年卖得牛扒一客只是4块钱，至今60块，还是客人不绝，第二代传人从外国留学回来接班，看了也高兴。

现编辑成《蔡澜叹名菜》一书，希望大家也同样读得开心。

蔡
澜



粤菜 9

- 极品粤菜馆 10
- 【镛记酒家】 10
- 香港经典茶楼 14
- 【莲香楼】 15
- 【陆羽茶室】 17
- 【端记茶楼】 19

- 广州经典茶楼 21
- 【玉堂春】 21
- 【一峰餐厅】 22

名厨出招 古法粤菜 23

潮州菜 25

- 变化多段的潮州菜 26
- 【尚兴潮州饭店】 26
- 【创发潮州饭店】 28

- 潮州食店及杂货铺 29
- 【元合】 29

- 【汕头澄海老四卤味专门店】 30
- 【贵屿和记隆饼家】 30
- 【朝发白米杂货】 31
- 【陈春记】 32
- 【曾记粿品】 33

- 潮州鱼蛋和肉丸 34
- 【夏铭记面家】 34
- 【乐园牛丸大王】 35
- 名厨出招 古法潮州菜 36

目录

客家菜 37

- 香港的客家菜 39
- 【客家好厨】 39
- 【客家爷爷】 40
- 【盆菜】 41

- 福建的客家菜 42
- 【国安宾馆】 42
- 【说说客家人】 44
- 【世界文化遗产——福建土楼】 46
- 【光明饭店】 48

- 台湾的客家菜 49
- 【涵碧楼大饭店】 49
- 【金都餐厅】 49
- 【细妹按靚】 51
- 【吉祥楼】 52

顶级河鲜、海鲜 53

- 海鲜 54
- 【海湾酒家】 54
- 【喜记】 55
- 【全记海鲜酒家】 56
- 【陈德兴海胆养殖场】 56

- 河鲜 58
- 【肇顺名汇河鲜专门店】 58
- 【滋粥楼】 60
- 【海岛渔邨——番禺河上屋】 62

目录

大排档的传统风味 64

【盛记大排档】 64

【东宝小馆】 66

【小菜王】 68

【兰芳园】 69

【太兴烧味】 70

【维记咖啡粉面】 71

【九记牛腩】 72

【新兴文记牛肉】 73

【蛇王芬】 75

街头小食 76

【太安楼小食】 76

【利强记北角鸡蛋仔】 78

【花胶翅】 79

【美味食店】 80

隐匿香港的中国味道 81

沪菜汇点 82

【上海总会】 82

【上海鹭鹭酒家】 84

【鼎泰丰】 85

【天香楼】 86

【上海新三阳南货】 88

京菜汇点 89

【胡同】 89

【京香饺】 91

【鹿鸣春】 92

北方火锅 94

【方荣记】 94

【东来顺】 95

【小肥羊】 96

四川、云南菜 97

【大救驾】 97

【云阳阁】 98

【咏藜园】 99

【满江红】 100

隐匿香港的国际味道 101

东南亚菜 102

【金不换泰国餐厅】 102

【金宝泰国餐厅】 103

【昌发泰国粉面屋】 104

【昌泰超级市场】 105

【黄珍珍泰国餐厅】 106

【SABAH】 107

【沙嗲轩】 108

【印尼餐厅】 109

【虾面店】 110

【味佳居】 111

西餐 112

法国菜 112

【Gaddi's】 112

【Pierre】 115

意大利菜 116

【Sabatini】 116

【Angelini】 118

分子料理 119

【香港赛马会】 119

【The Krug Room】 121

典型的西餐 122

【Lawry's The Prime Rib】 122

【金凤大餐厅】 123

【太平馆】 124

【Chesa (瑞士芝士火锅)】 126

目录

日本、韩国菜	127
日本菜	127
【Naozen (寿司)】	127
【Domon (拉面)】	129
【Tonkichi (炸猪扒)】	130
【松菱日本料理 (铁板烧)】	132
【稻菊 (天妇罗)】	132
【“和民” (居食屋)】	134
【Nadaman (怀石料理)】	135
【和三味 (日式火锅)】	136
韩国菜	138
【梨花园】	138
【新罗宝韩国餐厅 (韩式火锅)】	139
其他异国菜	140
【清真牛肉馆】	140
【Ebenezer`Kebab】	140
【巴依餐厅】	141
【Balalaika (俄国菜)】	142
【成发椰子香料】	143
【Viceroy Restaurant & Bar (印度菜)】	144

粥面、甜品 145

云吞面	146
【何洪记】	146
【刘森记】	147
【黄枝记】	148
粥的文化	150
【生记粥品专家】	150
名厨出招 失传名菜	152

甜品及零食	153
甜品老店	153
【源记甜品】	153
【公和豆制品厂】	154

新派甜品	155
【糖朝】	155
【满记甜品】	156
【许留山】	157

鲜果、朱古力、雪糕	158
【油麻地果栏】	158
【永富食品公司】	159
【香港JW万豪酒店】	160
【GODIVA】	161
【Chesa】	162
【Mado雪糕咖啡店】	162
【富豪雪糕】	163

饼类、零食	164
【陈意斋】	164
【柠檬王】	165
【泰昌饼家】	165
【Cérès Boulangerie et Pâtisserie】	166

香港私房菜 167

【黄色门厨房】	168
【留·上楼】	170
【大平伙】	171
【Chez Les Copains】	172
【金门庄】	173
【桃花源小厨】	174

目录

澳门地道美食 175

- 【澳门退休、退役及领抚恤金人士协会】 176
- 【兆记】 178
- 【颐德行】 179
- 【祥记面家】 180
- 【营地街市熟食中心】 180
- 【钜记饼家】 181
- 【六记粥面】 182
- 【百利来超级市场】 182
- 【安德鲁饼店】 183
- 【美的雪糕】 184
- 【六棉酒家】 185
- 【杏香园】 186

澳门豪华名菜 187

- 【金殿堂】 188
- 【永利轩】 189
- 【盛事餐厅】 190
- 【鱼子屋】 191
- 【The Kitchen】 192
- 【Robuchon a Galera】 193
- 【帝雅廷】 194
- 【永利澳门酒店】 194
- 【南湖明月】 195

跋——名菜问答 196

附录 198

重现《食经》菜谱 198

食具篇 200

- 【德昌森记蒸笼】 200
- 【陈枝记老刀庄】 202
- 【万记砧板】 203
- 【炳记铜器】 204

蔡澜 CAILANPINWEI 2
品味市

蔡澜叹名菜

粤港澳美食地图

蔡澜◎著

广东旅游出版社

图书在版编目(CIP)数据

蔡澜叹名菜：粤港澳美食地图 / 蔡澜著. -- 广州：广东旅游出版社，2014.01
(蔡澜品味；2)

ISBN 978-7-80766-544-1

I. ①蔡… II. ①蔡… III. ①饮食—文化—中国 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第279411号

策划编辑：张晶晶

责任编辑：张晶晶

装帧设计：邓传志

蔺 辉

责任技编：刘振华

责任校对：李瑞苑

广东旅游出版社出版发行

(广州市天河区五山路483号华南农业大学 公共管理学院14号楼三楼 邮编：510630)

邮购电话：020-87348243

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

深圳市希望印务有限公司印刷

(深圳市坂田吉华路505号大丹工业园2楼)

787毫米×1092毫米 16开 13印张 100千字

2014年1月第1版第1次印刷

印数：1-8000册

定价：39.80元

【版权所有 侵权必究】

本书如有错页倒装等质量问题，请直接与印刷厂联系换书。

序

新一辑的饮食节目叫《蔡澜叹名菜》，我对这个标题有点意见。第一，那个“叹”字是广东人才明白的，是享受的意思，但其他地方的人叫起来，总是有点悲哀，总把“叹”字联想到叹气来。也成为我旅行团的标题。日文的“叹”字发音成Tameiki，有点“叹”一声出来的味道，问我说：“Doosite Tameiki？”（为什么要唉声叹气呢？）

但是电视台那么决定，我也不便去推翻，只要尽力去做，把节目做到最好，已向自己交代，叫什么名字就不要紧了。

好在播出之后，收视率平均都有30点之上。对这种非戏剧性的节目的收视，算是高的。“托赖”，“托赖”，谢谢大家的收看，也感谢金庸先生。

我做过的节目，像《蔡澜逛菜栏》等，都有金庸先生的题字，经他老人家大笔一挥，总带来好运。这回不例外，要求墨宝。金庸先生也觉得节目名不妥，后来经我再三要求，勉为其难也写了，我才有信心。

我的两位拍档，苏玉华和Amanda S.都是在《美女厨房》那个烹饪节目中得过冠军的，前者精通中菜，后者到过法国的“蓝带学院”学做甜品；最重要的是她们两人，对厨艺都有一份热爱，吃东西时的反应真挚，一点也不假，已非常胜任。

《蔡澜叹名菜》第一集播后，无线的同事来电：“收视率平均有29点，多的时候是32点。”

“1点到底有多少人收看？”我一窍不通。

“近10万。”

“那到底是多少嘛？”我的数学课早已不及格，“请正确一点报上来。”

“等于是说，那晚最多观众有2014180人。”

香港人口700万，约1/4的人看这个节目，算有个交代。

“当然，加上珠江三角洲，那就不得了了。”电视台的同事又说。

把这个消息告诉了苏玉华，她惊叫了一声，高兴得很。另一位女主持Amanda S.也欢呼。多得这两位佳人，谢谢。

幕后工作者和企划人都要感谢，我不会像得到金像奖那么滔滔不绝地连祖宗三代也加入到名单宣布。

其实，信心是有的，自从金庸先生为我题了字，已建立。每回有老人家的标题，都有福气成功的。

Amanda S.的粤语不太灵光，但愈做愈好，她时常把耐心和信心混在一起，不会使用。耐心也好信心也好，两者都需要，这个节目1小时，大家看得轻松，我们要经过6天的制作才能完成，再下去还有一阵子忙的。

第二集是讲点心，第三集谈海鲜和河鲜，把香港的饮食事业作一详细的报告。本来一个特辑是13集的，当今已增加集数，以18集播出。

我们会研究一家食肆的存亡问题，得到的答案是：只要有特色的话，一定做得好。经营不下去的，租金贵是主要的原因。

但是在香港，除非是自己的物业，有哪一间不是在“挨贵租”？一家卖豉油牛扒的，在40年前开业时，也因贵租而搬到深水埗去。当年卖得牛扒一客只是4块钱，至今60块，还是客人不绝，第二代传人从外国留学回来接班，看了也高兴。

现编辑成《蔡澜叹名菜》一书，希望大家也同样读得开心。

蔡
澜



粤菜 9

- 极品粤菜馆 10
- 【镛记酒家】 10
- 香港经典茶楼 14
- 【莲香楼】 15
- 【陆羽茶室】 17
- 【端记茶楼】 19

- 广州经典茶楼 21
- 【玉堂春】 21
- 【一峰餐厅】 22

名厨出招 古法粤菜 23

潮州菜 25

- 变化多段的潮州菜 26
- 【尚兴潮州饭店】 26
- 【创发潮州饭店】 28

- 潮州食店及杂货铺 29
- 【元合】 29

- 【汕头澄海老四卤味专门店】 30
- 【贵屿和记隆饼家】 30
- 【朝发白米杂货】 31
- 【陈春记】 32
- 【曾记粿品】 33

- 潮州鱼蛋和肉丸 34
- 【夏铭记面家】 34
- 【乐园牛丸大王】 35
- 名厨出招 古法潮州菜 36

目录

客家菜 37

香港的客家菜 39

- 【客家好厨】 39
- 【客家爷爷】 40
- 【盆菜】 41

福建的客家菜 42

- 【国安宾馆】 42
- 【说说客家人】 44
- 【世界文化遗产——福建土楼】 46
- 【光明饭店】 48

台湾的客家菜 49

- 【涵碧楼大饭店】 49
- 【金都餐厅】 49
- 【细妹按靚】 51
- 【吉祥楼】 52

顶级河鲜、海鲜 53

海鲜 54

- 【海湾酒家】 54
- 【喜记】 55
- 【全记海鲜酒家】 56
- 【陈德兴海胆养殖场】 56

河鲜 58

- 【肇顺名汇河鲜专门店】 58
- 【滋粥楼】 60
- 【海岛渔邨——番禺河上屋】 62

目录

大排档的传统风味 64

【盛记大排档】 64

【东宝小馆】 66

【小菜王】 68

【兰芳园】 69

【太兴烧味】 70

【维记咖啡粉面】 71

【九记牛腩】 72

【新兴文记牛肉】 73

【蛇王芬】 75

街头小食 76

【太安楼小食】 76

【利强记北角鸡蛋仔】 78

【花胶翅】 79

【美味食店】 80

隐匿香港的中国味道 81

沪菜汇点 82

【上海总会】 82

【上海鹭鹭酒家】 84

【鼎泰丰】 85

【天香楼】 86

【上海新三阳南货】 88

京菜汇点 89

【胡同】 89

【京香饺】 91

【鹿鸣春】 92

北方火锅 94

【方荣记】 94

【东来顺】 95

【小肥羊】 96

四川、云南菜 97

【大救驾】 97

【云阳阁】 98

【咏黎园】 99

【满江红】 100

隐匿香港的国际味道 101

东南亚菜 102

【金不换泰国餐厅】 102

【金宝泰国餐厅】 103

【昌发泰国粉面屋】 104

【昌泰超级市场】 105

【黄珍珍泰国餐厅】 106

【SABAH】 107

【沙嗲轩】 108

【印尼餐厅】 109

【虾面店】 110

【味佳居】 111

西餐 112

法国菜 112

【Gaddi's】 112

【Pierre】 115

意大利菜 116

【Sabatini】 116

【Angelini】 118

分子料理 119

【香港赛马会】 119

【The Krug Room】 121

典型的西餐 122

【Lawry's The Prime Rib】 122

【金凤大餐厅】 123

【太平馆】 124

【Chesa (瑞士芝士火锅)】 126

目录

日本、韩国菜	127
日本菜	127
【Naozen (寿司)】	127
【Domon (拉面)】	129
【Tonkichi (炸猪扒)】	130
【松菱日本料理 (铁板烧)】	132
【稻菊 (天妇罗)】	132
【“和民” (居食屋)】	134
【Nadaman (怀石料理)】	135
【和三味 (日式火锅)】	136
韩国菜	138
【梨花园】	138
【新罗宝韩国餐厅 (韩式火锅)】	139
其他异国菜	140
【清真牛肉馆】	140
【Ebenezer Kebab】	140
【巴依餐厅】	141
【Balalaika (俄国菜)】	142
【成发椰子香料】	143
【Viceroy Restaurant & Bar (印度菜)】	144

粥面、甜品 145

云吞面	146
【何洪记】	146
【刘森记】	147
【黄枝记】	148
粥的文化	150
【生记粥品专家】	150
名厨出招 失传名菜	152

甜品及零食	153
甜品老店	153
【源记甜品】	153
【公和豆制品厂】	154

新派甜品	155
【糖朝】	155
【满记甜品】	156
【许留山】	157

鲜果、朱古力、雪糕	158
【油麻地果栏】	158
【永富食品公司】	159
【香港JW万豪酒店】	160
【GODIVA】	161
【Chesa】	162
【Mado雪糕咖啡店】	162
【富豪雪糕】	163

饼类、零食	164
【陈意斋】	164
【柠檬王】	165
【泰昌饼家】	165
【Cérès Boulangerie et Pâtisserie】	166

香港私房菜 167

【黄色门厨房】	168
【留·上楼】	170
【大平伙】	171
【Chez Les Copains】	172
【金门庄】	173
【桃花源小厨】	174

目录

澳门地道美食 175

- 【澳门退休、退役及领抚恤金人士协会】 176
- 【兆记】 178
- 【颐德行】 179
- 【祥记面家】 180
- 【营地街市熟食中心】 180
- 【钜记饼家】 181
- 【六记粥面】 182
- 【百利来超级市场】 182
- 【安德鲁饼店】 183
- 【美的雪糕】 184
- 【六棉酒家】 185
- 【杏香园】 186

澳门豪华名菜 187

- 【金殿堂】 188
- 【永利轩】 189
- 【盛事餐厅】 190
- 【鱼子屋】 191
- 【The Kitchen】 192
- 【Robuchon a Galera】 193
- 【帝雅廷】 194
- 【永利澳门酒店】 194
- 【南湖明月】 195

跋——名菜问答 196

附录 198

重现《食经》菜谱 198

食具篇 200

- 【德昌森记蒸笼】 200
- 【陈枝记老刀庄】 202
- 【万记砧板】 203
- 【炳记铜器】 204