南乳燒鷄的魅力

細路祥

行家黃銘源兄邀約到新世界中心的「金牛苑」晚膳，我依時赴約，入到貴賓廳，已見高朋滿座，名書法家駱曉山正在即席揮毫，機不可失，我求他賜予墨寶，他以倒書筆法寫給我「痛心疾首」四個大字，今時今日，大家亦心照，我雙手拿着，早已熱淚盈眶。

我是個無酒不歡之人，但最近患了皮膚敏感之疾，遵醫生囑咐，滴酒不能沾唇，屈指算來，數月於茲矣！

這晚，首先上桌的「金牛特拼盆」，碟上有四款越式小食，計為炸蝦丸、炸春卷、紫肉沙叻卷，每一樣均為佐酒炒品，但自己卻要強忍着，只許吃，不能喝。跟着來的是「南乳燒鷄」，這一味是該店的招牌貨，燒來皮脆肉香，早已賣到大行其道，時下不少粵菜館亦紛紛仿製，但總是逐了一籌，南乳香味混和了鷄肉的焦香，陣陣衝進我的嗅覺，魅力無法擋，今匀忍無可忍了，既有此佳餚，那能不喝美酒，我就此給這味燒鷄所引誘而破戒了。跟着來的「蒜茸大頭蝦」、「啤酒蒸肉蟹」都是越南名菜，越食越有味，越飲越開懷，酒不戒也罷！

豬網油焗石斑

魯夫

潮流興復古，近期連菜式也懷舊復古起來，可不是嗎？且看不少新派食肆，在一遍熱鬧創新製作，競相表達創意之後，近期又掀起了一遍推動古法烹調的熱潮。

日前魯夫風聞沙田麗豪酒店附設的豪苑魚翅酒家，在五月份將舉辦一項特別介紹海鮮食品節，以一月以魚翅海鮮為標榜的豪苑酒家，當然應付裕餘，況其廚師乃為時下高手，烹技絕對放心，原本並無特別之處，其後才知該酒家所介紹的海鮮，除有創意之外，還有古法烹製。例如一味豬網油焗石斑，其廚藝之高超充份表現無遺，蓋因這種烹法先將石斑劏好洗淨，然後用一大塊豬網油把魚身包着，放入焗爐焗至金黃色取出，由於豬網油經高熱而溶解，變為沸滾的油質直煻入魚肉之內使熟，有增加魚肉甘香之效。上桌時，賣相不俗，而在油液溶解後受到煻焗之處的斑肉嚼來份外甘餡，由於石斑新鮮加上這種古法焗製，此饌更具豐腴適口之吸引力，故誘至知味者不停舉箸，讚為上品，其餘各菜都能運用道地的咖喱、魚香、等製法，除令慾感到原汁原味之外，也能帶給您一新口味的讚嘆。

咖喱食品

風三

咖喱鷄之「咖」，香港又作「喫」，舊日外省所無。三十九年前我南來之初，在沙田「桃苑」吃到「孃喱鷄」，這是印度「咖喱鷄」之改良，我甚欣賞。香港多印度人開的食肆，我對中央差館附近的ASHOKA的咖喱食品特別欣賞，此肆仍在，却有許久未去了。

舊日上海郊區吳淞有福致飯店，以咖喱鷄馳譽，分正宗印度式，英美式與上海式三種。其正宗印度式據上海的印度人說且勝孟買，只為上海的鷄隻勝孟買而已。九龍金馬倫道上有一酒店，其餐廳中一度售過「上海福致飯店式咖喱鷄」，我未試過，又批評此間灣仔的「星馬印」，由華人開設，其咖喱食不敢品製作講究，每兩月，我至少去一次，那邊的咖喱鷄用鮮鷄。我不大食咖喱鷄，多數先取咖喱角送啤酒，再吃「咖喱蝦球飯」，所用大蝦特別新鮮。

咖喱有印度、印尼、馬來與暹羅等之分，當跑馬地第一家「特美華」印尼食肆開設之初，分上、下兩層，女侍應生作印尼裝，還赤着足。我們夫婦常去，那邊製作講究，沙爹肉串置小電爐上。不久樓上不開，後來連樓下亦結束了。

近年越南食肆已凌駕於印尼食肆之上，各人口味不同，我對越南咖喱的興趣較淡，其他東西則越南方面多了。

周末閒情入廚樂

又到禮拜六，今期的周末閒情就以海產為主題，讓大家換個新口味。

日月蟣又稱日月魚，狀似晒乾帶子，在海味店有售。

至於象拔蚌就不用多說，食家趨之若鶩，但似乎就局限於火鍋式的夾一箸用上湯一拖即起的吃法。

●淮山杞子日月蟣湯——日月蟣八隻用清水浸片刻，與豬腰十二兩出水洗淨。把適量之水煲滾，下日月蟣、豬腰、淮山杞子各半兩，薑一片，慢火煲三小時，落鹽調味。

●蒜茸蒸中蝦，——中蝦八兩開邊，把適量生粉洒在蝦上。下油爆香蒜茸兩茶匙，放在蝦上，蒸四分鐘即熟，取出淋上生抽熟油。

●蜜豆炒象拔蚌——用料：急凍象拔蚌一磅，蜜豆六兩，甘筍數片，上湯酌量。獻：上湯四分一杯，鹽糖生抽各半茶匙，蔴油古月粉少許，生粉四分三茶匙。

做法：下油將蜜豆、甘筍片及少許鹽炒熟，炒時貫水一湯匙。象拔蚌片去外皮（留回煲湯），片薄片，加蔴油古月粉捞匀。把用料中的上湯燒滾，熄火，下象拔蚌很快手兜幾下，撈起抹乾水。下油贊酒煮滾獻，放下象拔蚌，蜜豆及甘筍片大火兜匀上碟。

象拔蚌即是大個蜆肉的兩條鐲角。除油泡外，象拔蚌可以當刺身吃、滚粥、火鍋，味道清甜。

炒象拔蚌有兩竅門：一是刀章，二是火候。先講刀功：最好將象拔蚌雪硬，刀要鋒利，與響螺盞刀章相同，先取適合長度切段，用手擦種片透明薄片，不可攤片，要片直紋。再講火候，惟恐怕主婦手慢，一旦過火會韌，所以家廚製作買了三重保險：（一）用上湯一浸迅速撈起；（二）疏打粉用水開稀放入雪櫃伴醃最少一小時及（三）回鑊時嚴格來說是兜匀，不是炒兜。

活的象拔蚌請先用滚水一拖，將圓柱形外衣褪去。

●象拔蚌是好不受火的，本來可以泡油，惟恐怕主婦手慢，一旦過火會韌，所以家廚製作買了三重保險：（一）用上湯一浸迅速撈起；（二）疏打粉用水開稀放入雪櫃伴醃最少一小時及（三）回鑊時嚴格來說是兜匀，不是炒兜。

活的象拔蚌請先用滚水一拖，將圓柱形外衣褪去。

●煮豆沙時，很容易煮焦，在鍋裏放幾顆玻璃波子，可以使鍋內湯水翻滚不再煮焦豆沙。

●煮白灼蝦要美味爽脆，除要選新鮮的蝦外，煮時要用大量沸水、猛火，放入鑊裏的蝦數量不能太多，能使鑊中水分快速翻滚最好，不要蓋上鑊蓋，否則蝦便易霉。在沸水中加入數滴（約一茶匙）檸檬汁，使白灼蝦更爽更美味。

●煮麵時要麵條不黏在一起，除了要用大鑊水外，在滚水中加進少許鹽才放麵條便不易黏在一起，同時應分數次下麵，每下一次把它挑鬆才下第二次。煮好的麵條條用冷水或凍開水冲洗過，吃起來不但不糊口，而是更爽滑。

●煮麵時，省時省錢。

·馮瀛·

入廚小心得

家政筆記

李德怡

問題，使初入廚者措手不及，以下的經驗能否幫助你？

●先燒熱鑊才下油，便沒有辟拍油爆響聲，食物也沒有那麼易黏底，在燒熱的油中放少許鹽或一瓣蒜頭才放下食物去煎，便不會起油爆。

●炆煮牛肉、牛腩時，往往需要較長的時間非常費事。可往中藥店買一點鳳仙子，或加一顆冰糖同煮，肉類便很快煮爛，省時省錢。

菜涼夏炎 增添慾食

炎熱的夏季不覺又來臨，天氣熱吃什麼也缺乏胃口，身為主婦的你便應運用你的聰明替家人弄些開胃可口的飯菜。

香港夏天天氣悶熱、濕度很大，如能吃些刺激食慾去除濕氣的食物便最好，那些帶辣和清爽的菜餚最受人歡迎。其中代表如咖喱食品，四川式的冷菜、西式的沙律等都是好選擇。

麻辣手撕鷄，這個既易做又醒胃的菜式定能滿足你的要求。材料有鷄胸肉兩個，青瓜兩個（大）、粉皮兩張，芫茜少許。調味料有芝麻醬之湯匙，胡椒粉少許，生抽一茶匙，辣椒油一茶匙，紅醋（浙醋）一茶匙。

做法：（一）鷄肉用少許鹽搽匀，蒸熟待冷，撕成細絲。

（二）青瓜去皮，蕩，切成幼條，粉皮浸發過冷水切成幼條。

（三）鷄肉放大碗內，與調味料同拌匀。

（四）青瓜、粉皮鋪放在大碟上，最好用玻璃碟盛載以增加透明涼快感，上放鷄肉條，以芫茜裝飾，可洒上少許炒香白芝麻和麻油就更香口了。

此菜用來拌「擔擔麵」最和味，增加食慾。

新光行
蔘茸海味專門店
SUNNY DAY ENTERPRISES LTD.
《新張誌慶》
爲慶祝本公司新張開業
北美特產花旗蔘七折　蔘茸藥材八折
新鮮生菓，蔬菜，海味，雜貨，一律九折優待
（誠聘中藥材理貨員乙名）
126 EAST PENDER STREET VANCOUVER B.C.　PHONE: 688-1389
溫哥華華埠片打東街126號

L*B 東成傢俬 ☎ 873-5017
2836 Commercial Dr.　七天營業
長沙發 $988·
三件頭（梳化，雙人座，梳化椅）$ 1098
兩件頭（梳化，雙人座）$ 868
兩件頭（梳化，梳化椅）$ 668
拾多種顏色可供選擇
梳化全套三件 $798·
（承腳小櫈另計）
TV組合架 $199·
餐枱連椅（五件頭）$399·
SINGLE $139· 兩件
DOUBLE $249· 兩件
QUEEN $298· 兩件

華安旅遊服務社　1989年榮獲北京中國旅行總社委託代理 1989年中國旅遊觀光團
隆重推出，盛大酬賓！
廣東僑鄉探親團　$1975　全程：十四天
暢遊：香港、廣州、開平、台山、江門、新會、珠海、中山、佛山、肇慶、廣州。
出發日期：7月15日，8月12日，9月23日，10月14日
酬賓觀光團　$2795　全程：十九天
暢遊：香港、廣州、桂林、北京、南京、無錫、蘇州、杭州、上海、廣州。
出發日期：7月15日，8月12日，9月23日，10月14日
西安古城團　$2695　全程：十九天
暢遊：香港、廣州、桂林、西安、北京、南京、蘇州、上海、杭州、廣州。
出發日期：7月12日，8月12日，9月12日，10月12日，11月12日
名勝精選團　$2895　全程：十八天
暢遊：香港、廣州、北京、南京、無錫、蘇州、杭州、上海、桂林、廣州。
出發日期：9月26日
月月有團出發，線路不同，歡迎查詢!!
Van-China Travel Services Inc.,
TEL:(604)681-8531　地址：奇化街223號　223 Keefer Street, Vancouver, B.C. V6A 1X6

新華食品有限公司
Sun Wah Food Supplies Ltd.
1707 PANDORA ST., VANCOUVER, B.C. V5L 1L8　FAX:251-7992 251-1546
專營統辦香港、泰國、台灣、星馬各地土產・日本冬菇・海味魚翅・各種名茶
統辦 各式酒樓 雜貨用品
251-1383
專營 Reynolds Aluminium
外賣錫盒 味全木須皮
貨式多 價錢平 送貨快
珠江橋牌厨用咸三蒸酒・公仔牌即食麵・飲品・急凍點心・冠珍、粵香園、李錦記蠔油、醬料

潘世豪
SAVIO POON　873－6880
雲東旺唐餐館生意出售，價八萬餘。雲東旺市區中心西餐館生意出售，價七萬餘。
HABITAT REALTY LTD.
地產燕梳有限公司
(廿四小時)
Office: 438－3501
Pager: 680－2932
2160 KINGSWAY
VANCOUVER, B.C.
V5N 2T5
免費電腦估價。房屋地產生意買賣
免費介紹貸款。律師移民投資計劃
本那比幽靜高尚住宅區大地80 x 118卅七年新上下3房兩廁式千餘尺，價廿六萬餘
現減價廿四萬餘
雲東20街6房土座完成有景大地49·5 122間價$269·000
二十三萬
屋主自建1年新屋，樓上4房2200尺土座完成地65 x 112價廿四萬餘
雲東1年新屋6房土座完成雙車房標準地，價卅萬餘
SURREY平靚屋上2房下1房兩廁有車房11年新價$114·000
Burnaby意大利式高尚住宅3層4500尺地七千餘尺，雙車房，8房5廁，風景幽美，瓦頂天窗，防盜設備，一流享受，又保值，價五十萬餘
已賣出
雲東上下4房土座完成33 x 127行屋地間價十六萬餘
十九萬八千
雲東合法Van. Special行屋上二下2房地33 x 113價廿一萬餘
雲東3房高土座保養好33 x 122價十六萬餘
已出售
雲東幽靜上2下二土座完成42間地價十六萬餘
雲東4房高土座柏文地價十七萬九千元
雲東5房高土座，全部番新標準地近Renfrew間價十八萬餘