



旅遊



■河岸千兩魚生飯，一次過吃齊十三種海鮮！



■海鮮魚生飯大大碗，新鮮又富營養。



■築地市場沒有搬遷。

大家到東京銀座築地玩，吃海鮮丼飯已經落伍喇！據日本在學香港大學生富田San介紹，專供遊客到來醫肚的築地場外市場，現在流行食鐵板串燒，而且有兩間新崛起的立食鐵板串燒，大家不容錯過。

所謂立食鐵板串燒，即是只有企位，要站着食的鐵板串燒。首先介紹名為蜻蜓屋的串燒店，該店的招牌菜是立食炙燒吞拿魚，一串1,500日圓（約85港元），價格還算可以，老闆在客人面前現燒都算一個賣點，而且老闆性格風趣，就算遊客不懂日文，他仍會用簡單英文，嘗試跟客人聊天互動，十分親切。另外，廚師最拿手是將醃好的吞拿魚燒得像牛扒，加上檸檬、黑椒調味，又嫩又香的吞拿魚「牛扒」讓人流口水！蜻蜓屋時常吸引不少當地人排隊，質素絕對有保證，但要留意的是，串燒賣完即止。

另一間要介紹的鐵板串燒店是米沢牛鐵板串燒，它們強調和牛新鮮直送絕非冷凍肉，牛肉串上面加海膽，一串要價4,800日圓（約272港元）。另外，將和牛和吞拿魚碰撞在一起串燒，聽說是築地最近流行吃法，食得夠豪，一串售賣5,000日圓（約283港元）。富田San則大力推介，串燒乾貝、明蝦、蟹腳。此外，米沢牛鐵板串燒人氣超旺，早上才九時多已經非常旺場，當地人大排長龍幫

襯食鐵板牛肉串，他們可能就是喜歡這種重口味早餐。由於店舖位於築地場外市場，結賬的店員都會說英文，遊客不用怕溝通有問題。

只食鐵板串燒又點夠，既然來到築地場外市場，點都要幫襯其他必食的日本美食。富田San就推介食鰻魚，因為目前香港一般餐廳近幾年再無新鮮鰻魚食，有得食也相當之貴，但在築地，當然任食而且又平。

富田San推介的食店是太助鰻食堂，除了有鰻魚飯，門口亦有賣蝦、乾貝等串燒！這間餐廳用的是日本鰻魚，肉質非常鬆軟，也有燒烤的焦香味，鰻魚的調味也十分到位，鹹甜適中。鰻魚飯的價錢豐儉由人，大家可以點比較少分量的丼飯，這樣便可以嘗更多其他美食。

最後富田San推介的就是魚生飯愛好者必到的虎杖魚河岸千兩，這間店是築地市場人氣店！點一碗魚生飯，你可以吃到三文魚、吞拿魚、三文魚籽、海膽等共十二種海鮮！魚生飯比較大碗，店舖亦沒有設最低消費，所以兩個人點一個丼再另加魚生，也可以吃飽。大家可以坐在店內吃，但是每一輪的客人吃完，店家才會招待下一輪客人。

■蜻蜓屋串燒店海鮮及和牛串燒最受歡迎。



築地流行立食鐵板串燒



■網燒扇貝，自然要試一試。

■太助鰻食堂還有提供牛肉、蝦和其他海鮮如乾貝等串燒。



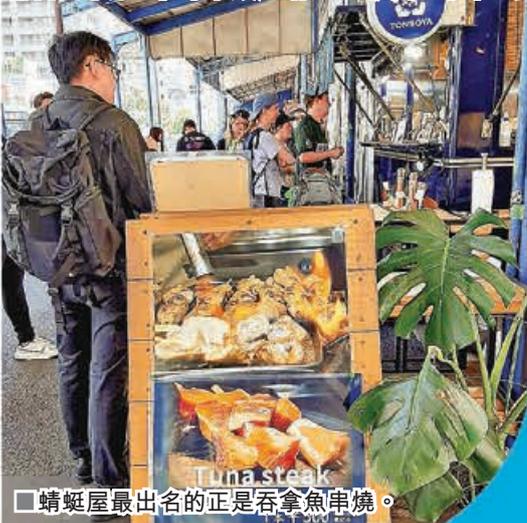
■米沢牛鐵板燒的牛肉串上面加海膽，屬貴價海鮮牛肉串。

築地市場分場內場外

築地市場分為場外及場內市場，場內市場現已遷至豐洲區，而一般大家所說的築地市場就是築地場外市場，現保留在原址。築地市場原本是餐廳專業採購員批發食材的地方，但現在於築地場外市場，大家可以用小分量買到這些新鮮的食材，亦可在場外市場400間餐廳吃到築地的美食！除此以外，大家也有機會看到師傅即席剖魚，是特別的體驗。

築地市場交通選擇

- 都營大江戶線：從築地市場站A1出口下車，步行1分鐘。
- 東京地鐵回比谷線：從築地站1、2號出口下車，步行1分鐘。
- 都營淺草線：從東京銀座站5、6號出口下車，步行3分鐘。



■蜻蜓屋最出名的正是吞拿魚串燒。



日本