

靠得住粥麵小館 米芝蓮推介

全港有多間分店的靠得住粥麵小館，於2000年開業，當中灣仔克街的總店自2011年起已連續13年獲米芝蓮指南介紹，2018年更獲頒為首間米芝蓮必比登美食推介的粥店。多年來憑著其首創鮮魚湯粥馳名，每天精心挑選多款新鮮靚魚熬製粥底，堅持不放味精，配合精準的火候用心熬製成。濃郁鮮甜的鮮魚湯粥底，招牌菜、鎮店三寶之一的「心肝寶貝粥」用上精選黃沙豬肝及北海道刺身級帶子，配以鮮魚湯粥，鮮甜美味，暖人脾胃。鎮店三寶還有「靠得住鹹肉粽」及「爽脆鮫魚皮」亦是人氣之選。另鮮炸油條、充滿傳統街頭風味的銀芽炒麵及米香嫩滑的混醬腸粉都是不二之選。無論是粥品還是佐粥小食、傳統街頭風味的美食，靠得住粥麵小館均同樣出色。

部分地址：

灣仔克街7號地下

九龍灣德福廣場二期5樓523號

沙田連城廣場1樓107號

妹記生滾粥品 老字號夠鑊氣

以鑊氣煮粥而聞名的老字號妹記生滾粥品於1979年創立。傳承三代，妹記至今仍堅持魚湯底煲粥，而且價錢亦大眾化。粥底先經過武火煲滾，再用文火煲透，水米交融，煮出來的粥綿香順滑，不稀不稠，更帶着魚湯的鮮甜香氣。經典王牌鮫魚腩粥，大蔥和鮫魚先被銅鍋爆香，瀝酒去腥及提味，最後加入魚湯底粥，入口鮮嫩；再將酥脆的油條浸入粥內，輕微軟化後吃起來鬆脆美味。其他招牌還有瘦肉肉丸地址：旺角花園街市政大廈4樓熟食中心11-12舖

魚腩粥及魚片及第粥。就算在夏天，妹記仍不乏捧場客，為的就是一碗只此一家、充滿鑊氣的港式生滾粥。



瘦肉肉丸魚腩粥。

生滾夠火候 味蕾大滿足

本港不乏愛粥之人，夏日炎炎仍可見不少粥店有其捧場客。港式粥經過長時間烹調，每粒白米都被熬成熟燙軟綿的粥，加入不同的材料生滾，不少地道粥店更把粥底加入更多變化，令味道更鮮甜。小編精選6間粥店，由選料以至控制火候都有過人之處，無懼潮流變化，以最樸實原始的味道俘虜人心。

■心肝寶貝粥。

■爽脆鮫魚皮。

新記雞粥 雞味濃郁

元朗老店新記雞粥於港島開設首間分店，粥品選擇豐富，必吃新鮮生滾煲仔雞粥，雞肉以瑤柱、蝦乾、藥材及香料製成。另外，必食的招牌貴妃雞粥，粥底雞味濃郁入味，而且香滑綿稠，雞肉充滿雞油香，是不少人的消夜之選。新記雞粥亦有酥炸魷魚鬚、炸兩、腸粉、炒麵等美食，同樣甚受歡迎。至於蜆芥鯪魚球、紅燒乳鴿等都是招牌菜。地址：筲箕灣筲箕灣道307號地舖及1樓

■招牌貴妃雞粥。

同場加映

潮樂園 粒粒鮮明潮州粥

蠔仔粥是潮州美食之中，最傳統及最知名的菜餚之一。相比起廣東粥那種見不到飯粒、綿密細緻的質感，潮州粥能夠吃到粒粒鮮明的米。這家隱身在北角區內的小店，曾獲米芝蓮必比登推介，主打經典手工潮州菜，而它的人氣蠔仔肉碎粥，基本上每桌必點的美食。按照潮州正宗做法以南薑、吊片和大地魚乾熬湯底，再用上新鮮的材料，現煮現做。粥內的材料

■蠔仔肉碎粥。

非常豐富，粒粒飽滿的蠔仔，加上方魚、肉碎、芫荽和蔥粒，各種配料比例均衡，帶出粥豐富的海鮮味道和獨特的口感。其他撚手菜式如滷水鵝、酥炸珍珠蠔及韭菜豬紅亦很受食客歡迎。

地址：北角和富道96號僑裕大廈地下4號舖

生記粥品專家 廣東生滾粥



■魚腩牛肉粥。

屹立於上環40多年的生記粥品專家，中午時段人流依然絡繹不絕。除了觀光客想一嘗美味，也不時可見叫外賣的上班族。以遠近馳名的廣東生滾粥為主，生記用上豬骨熬湯做粥底，鮮味溫和，不管落什麼材料，味道都配合得宜。馳名的魚腩牛肉粥是生記的招牌粥品。自家製的鯪魚球不混雜其他魚肉，爽口鮮味，配上濃香鮮滑的生滾粥，一樣值得推介。再蘸上附送的薑蔥醬油，更是絕配。

地址：上環畢街7-9號地下

粥君好 價錢公道分量足

粥君好是一間老字號粥檔，價錢公道，食物分量足。招牌及第粥，足料大碗且用料多，一碗有齊豬腸、粉腸、肉丸、瘦肉等。另外，魚腩粉腸粥則有大件又厚又滑的魚腩，而足料粉腸夠飽食落又帶有口感。至於即拉經典蝦米腸粉亦夠滑。

地址：西環堅尼地城卑路乍街32號地下A號舖



■粥君好食品多選擇。