

抹茶尋蹤



▲中村藤吉的蕎麥麵

網絡圖片

：

好茶知時節，每到5、6月份，就是京都茶香最濃的時候。一批新茶剛剛收穫，散發着沁人心脾的味道，連同微溫的空氣四下瀰漫，這便是當地人口口相傳的佳話了。不僅有全世界的抹茶控們歡天喜地慕名而來，各類食品、餐飲也紛紛推出周邊主題，從限定甜品到節日祭，從人氣老店到新晉潮鋪，讓人眼花繚亂。抹茶，不知從什麼時候開始，竟成了帶有某種魔力的字眼，只要它一出現，就能扣動你味蕾的扳機，延展出無窮無盡的嚮往。

判 答 文、圖



▲宇治的著名世界遺產：平等院

微苦的世界最清甜

筆者在對的時候來到對的地方，站在宇治的天空下誠惶誠恐。這裏雖然不大，卻因為抹茶聞名遐邇，在日本，只要提到「宇治抹茶」幾乎就是正宗的標籤，只有在這裏及周邊生產出的茶，才有資格冠上「宇治」的名號。

抹茶？綠茶？傻傻分不清

追溯抹茶的歷史，對國人來講多少有些遺憾。它起源於中國隋唐時期，在宋代發展至鼎盛，而後逐漸衰落斷代。南宋時期由日本高僧把點茶的方法帶回日本，反而逐漸風靡，最終發展成國粹。日本最好的抹茶產地有四個，除了我們熟知的京都宇治，還有愛知縣西尾、福岡的八女和靜岡。

提到抹茶，就不得不說另外一位「神似」的兄弟：綠茶。很多人不光會無意間將兩者混為一談，更有一些不良商家偷樑換柱，讓我們求之而不得，以為遇到了真太子，實則是蒙上了蓋頭的狸貓。

它們原本同根同源，從播種到生長都一脈相承。但自熟成之前30天開始便進入了不同的世界，抹茶需要搭起棚架，用稻草席覆蓋，保證不被照射，阻隔掉近90%的陽光。此時的樹種會製造出更多的葉綠素、兒茶素及氨基酸，葉子的顏色更綠更大更薄，採出來的茶葉也完全不同。抹茶怕光，從出生到保存皆如此，這也是為什麼知名品牌的抹茶冰淇淋要比其他口味厚些的原因。

此外，據說一碗抹茶中的營養成分，要比30杯普通綠茶還多，這樣看來，它的價格偏高，也理所應當了。



▲祇園辻利的抹茶芭菲



▲宇治抹茶粉

除了製成手法不同，抹茶和平時沖泡的茶葉在飲用方式上也有很大差別。將茶粉混合熱水，用竹籤攪拌成泡沫後喝下，別看名為「喝茶」，其實是把整個茶葉吃下去，叫「吃茶」才更貼切，日本茶鋪的招牌「喫茶店」表現的就是這個意思。

日本的抹茶一直被尊為待客上品，早年只有皇族和武士才有資格享用。而後慢慢發展起來的茶道，更多變成了修身養性的文化。真正的匠人，在經年累月的研習下用「形」展示真心，所謂的「一期一會」，就是懷着一生只有一次的緣分和心，來給客人最高的款待。

近年來，隨著時代進步和商業的發展，抹茶的意義早已超出了原始範疇，從和果子、西式甜品到主食，都到處可見它的身影。在宇治，人們引以為傲的那些店鋪也一直堅守着百年傳承下來的手藝，將抹茶滋味發揚光大，以饗賓客。

祇園辻利：入門級經典

它是很多人到京都的第一站，每日大排長龍，被數不盡的旅行書盛讚。不但出名，還貴在選址便利，緊鄰祇園，遊玩時便可吃到。本店祇園辻利創立於1860年，當時的第一代掌門人辻利右衛門是著名製茶家，在日本茶史上的地位極高，不僅改良了抹茶的茶葉製法，就連現在品質最高的「玉露」也出自他手。

一樓老店經營種類豐富的宇治茶，樓上的「茶寮都路里」是半個世紀前開創的子品牌，創業初衷是想讓當時的日本年輕一代也能了解抹茶美味，店名取自京都的「都」，四條大路的「路」，和茶之里（故鄉）的「里」。產品也走女性、年輕化路線，以各類抹茶點心、



▲宇治中村藤吉本店

網絡圖片

甜品聞名，相較於其他茶鋪味道更細膩，不會太苦，用心做到了跟其他食材的完美融合。名物抹茶芭菲足足有20公分高，用料豐富，將抹茶冰淇淋、抹茶蛋糕、抹茶凍、栗子、蜜紅豆、白玉一網打盡。每一層口感都細微遞進，用甜食的柔滑帶出抹茶的回甘，夏天時吃上一份，真是絕大的滿足。

中村藤吉：逸品的朝聖

如今在本港也有分店的中村藤吉是名副其實的老字號，自1854年創業以來一直追求茶的本色，因為品質出眾，還曾在天正、昭和兩位天皇即位大典時作為貢品進呈。該店位於距JR宇治站步行5分鐘的路上，2009年被選為當地重要文化景觀。

跟其他茶鋪不同的是，中村藤吉至今最暢銷也最讓人稱道的還是原原本本的茶，從日常煎茶到厚重的玉露，都能體會到簡單而純粹的心意。當地人來此除了買茶，最多的就是點上一份招牌蕎麥麵，邊吃邊品。用純正宇治抹茶製成的蕎麥麵多了一層Q彈和爽滑，沾上醬汁哧溜吸進口中，就彷彿在尋常的日子裏找到了一份不尋常的感動，隨着咀嚼釋放開來的茶香一發不可收拾，讓整個一餐飯都充滿禪意。

有心的店家在2001年將製茶場改建成茶道體驗館，使遊客在閒逛之餘還能身臨其境，跟隨老師的指點親手一試。不過每天只有寥寥數場，想去的話務必提前預約。

伊藤久右衛門：茶香最悅人

與中村藤吉並列的知名老店伊藤久右衛門是絕對的受眾最廣、市場覆蓋面

最全。抹茶產品門類繁多，從昂貴上品到平民選擇應有盡有，不管荷包是鼓是癟，都不會空手而歸。

店鋪從1832年開始傳承，整體設計和布局也古色古香，透出濃濃的江戶風情。如果說祇園辻利霸佔着年輕人的心，中村藤吉又將大部分本色茶品收入麾下，那伊藤久右衛門則是聰明地涉足了大部分日本商業市場，從罐裝飲料到KitKat餅乾等零食的跨界合作，無一不顯示出商家過人的頭腦。甜品方面也獨樹一幟，在傳統和果子這個領域鑽研得聲聲有色。

如果親去店裏，不妨試試廣受讚譽的抹茶凍，無論是單點還是配上冰淇淋、白玉，都不失姿態，沒有膠質的假滑感，融在嘴裏實實、穩重，絲毫不膩。伊藤久右衛門的甜點更有情懷更癩人心，不會太甜，味道恰到好處，就連西式的磅蛋糕也細膩潤澤，口感綿密，帶着一股抹茶故鄉的熟悉感。吃過了以上三家，你會覺得這裏最有茶香，最多回味。



▲伊藤久右衛門的和果子：紅豆抹茶餅

誰愛吃海膽？

簡飲擇食 >>> 簡嘉明 文、圖

欲滴



海膽，人們食用的部分俗稱「海膽黃」，其實是海膽的生殖腺，又稱「海膽籽」。海膽含豐富的蛋白質、脂肪、維生素A、D等，雖然上天賜牠很醜的樣子：外殼布滿又長又尖，甚至有有毒的刺，本來可以保護自己，可是命運卻與龍蝦、螃蟹和榴槤一樣，外表雖令人「畏而遠之」，卻最終難逃被發現是人間美食的命運，成了人類的佳餚。

倘若讀者以為人類是萬物之靈，所以比別的動物聰明，能發現醜陋的海膽不單能吃，而且美味可口，那就大錯特錯了。人類並非是吃海膽的唯一生物，談到吃海鮮，可愛的海獺才是這方面真正的「KOL」，因為大部分時間待在水中生活的海獺，牠們

都會選擇捉龍蝦、鮑魚和海膽來吃，近水樓台，當然不鮮不吃、不時不食，所以論懂吃與嚙嘴，海獺絕不比人類遜色。

最近看到某電視台派藝員到旺角拍攝飲食節目，試吃廉價小店的海膽美食，看看是否真的「抵食夾大件」，結果令人極度失望。主持人吃了一口後已趕忙吐出，更像受完酷刑般直指海膽的腥味持久不散，令人倒胃。其實，路邊攤的廉價海膽手卷、壽司、小食等，真的難有好貨色，因為海膽分很多類，質素上佳的，不會賣得便宜。香港人較熟悉的日本海膽有馬糞、蝦夷馬糞、北紫膽、赤膽等，而且除日本外，加拿大、俄羅斯、韓國都有出產海膽，中國的煙台、天津、



▲享受海膽三文魚子并有幸福的感覺

大連也有養殖場。不同產地的海膽各有特色，一般認為日本北海道產的貨質最佳，而且每個季節都有時令品種，如夏季六至八月吃紫海膽和蝦夷馬糞海膽就最好了。坦白說，一分錢一分貨，高質素的海膽來貨價亦不便宜，所以如遇價格偏低的海膽菜式就要小心選擇，必須觀察海膽的顏色是否

仍然鮮明、有沒有苦澀味，因為海膽應冷藏於攝氏五度以下，而黑心食肆則有可能將不新鮮的海膽用來油炸或包手卷，更甚者是以便宜的海刺冒充海膽，因此製成品顏色暗黃和帶腥味，也不會像海膽般鮮甜。

到日本旅遊，除了北海道外，也有大量遊客愛到築地市場品嘗海膽美食。築地市場內外雖擠滿旅客，但氣氛熱鬧，且食肆選擇多，自然受歡迎。曾與家人及好友兩度光顧築地外的「虎杖」，兩次都吃了「五色海膽飯」（要選五種都是日本海膽的）。還記得看着碗上滿滿的海膽時，真的有幸福的感覺。築地市場快搬往豐州了，希望到時在新的環境，也會找到令人難忘愉悅的美食。