

傳統炭烤 濃而不膩 尋味阿根廷牛扒

南美風情

2022年卡塔爾世界盃決賽，阿根廷隊時隔36年再次拿到世界盃冠軍，隊長美斯（Messi）曾被網友戲稱「乾飯人」（對美食充滿熱情之人），對吃情有獨鍾。近期，香港的阿根廷餐廳也一度客流量暴漲，世界盃效應對上新冠肺炎疫情下的社交距離措施逐步放寬，大家出門聚餐的興致都提升了。

大公報記者 劉旅程（文、圖）

記者手記

恍如置身 阿根廷

大概因為對王家衛導演的電影一直有種很深的感受，所以對南美洲尤其是阿根廷有着神秘的嚮往。今次探訪的阿根廷餐廳，無論氛圍還是口感都非常好，彷彿穿越千山萬水，終於來到遙遠的阿根廷。

La Parrilla Steakhouse位於中環雲咸街，非常容易找到。即便剛開張不久，客流量也非常之多，且都是三五好友或者家庭聚餐，配上店內的聖誕裝飾，十分應景與溫馨。阿根廷菜的醬料很多，烹肉以燒烤為主，個人比較喜歡原汁原味的牛肉，有種淡淡的炭火香味。



▲餐前麵包十分香口。

◀牛扒鮮嫩多汁。

阿根廷歷來有牛肉王國的美譽，據說，當地人每年人均消耗60公斤以上的牛肉。早在幾世紀前的阿根廷，歐洲移民就發現了中西部地勢平坦的遼闊草原，於是引進了畜牧業。阿根廷草飼牛扒肉質濃郁鮮嫩且具彈性，充滿炭火香的阿根廷牛扒更令人垂涎三尺。阿根廷扒房開遍全球各大城市，當然包括香港，本地的阿根廷餐廳不算多，但少而精且各具特色，無論氛圍還是口感，都值得一試。

牛肉脂肪比例低

今次記者探訪的是開業不久，位於中環雲咸街77號的La Parrilla Steakhouse。一進門便被這裏浪漫的氛圍吸引住，無論牆上的阿根廷探戈畫，還是吧台大廚用明火炭烤牛扒時的滋滋作響，以及客人們三五好友成群的熱切交談，都令人感受到強烈的阿根廷風情。坐在靠窗的高桌座位上，視野極好，可以看到繁忙的街道，而對面便是大館。

餐前麵包是鬆軟具彈性的蒜蓉麵包，有香草、洋蔥以及大蒜和芝士碎末的香氣。嘗試了阿根廷家喻戶曉的傳統美食Empanadas（餡餅），鬆脆的外層，麵粉很有嚼勁，內層配上香濃芝士、鮮甜洋蔥，或者多汁肥美的牛肉末等為餡料，吃的時候可以蘸些特製的醬汁，非常香口。

最令人驚動的當然是阿根廷草飼牛扒，等了半個多小時，牛扒才上桌，肉面上撒了粗鹽，外層烤至



▲廚師用炭火烤牛扒。

焦脆，味道香濃，而且配上六種不同醬料。廚師師傅告訴記者，他採用的是傳統的阿根廷做法，用炭火烤出最原汁原味的牛扒。阿根廷的牛肉，瘦肉偏多，脂肪比例低，難怪大快朵頤後也並未感覺到膩，這時候配上一口阿根廷的葡萄酒，味道就更好了！

推家庭式風味菜

如同La Parrilla Steakhouse負責人秦女士介紹，香港的扒房很多，但阿根廷扒房並不多，希望此間開在中環的餐廳，可以滿足那些對美食有執著追求的顧客。

她坦言，20年前就在中環扎根，最開始做印度菜，後來有中式菜等不同類型的餐廳，多數都在中環。經營餐廳多年，他們始終相信，民以食為天，好的餐廳總是可



▲阿根廷傳統美食Empanada。

以吸引到食客的。即便在疫情當下，選擇12月中環開張，亦都是因為對香港有信心。無論在食材的選擇上，還是裝修上，新店主要根據阿根廷當地餐廳的設計和元素，希望打造一間家庭式的阿根廷餐廳，且追求食材的原汁原味。而燒烤、炭烤的阿根廷風味菜式，更加適合中國人的口味。

9款必食 阿根廷傳統菜

- 1 酥炸肉扒 (Milanesa)
- 2 阿根廷烤肉 (Asado)
- 3 香腸包 (Choripán)
- 4 阿根廷餡餅 (Empanada, 又譯恩潘納達)
- 5 焦糖牛奶醬 (Dulce de leche)
- 6 粟米蔬菜燉肉湯 (Locro)
- 7 南瓜牛肉燉湯 (Carbonada)
- 8 烏米塔粟米糰 (Humita)
- 9 瑪黛茶 (Yerba Maté)



▲香腸包。資料圖片

香港的 阿根廷餐廳 (部分)

Buenos Aires Polo Club

地址：中環蘭桂坊雲咸街33號

源自1900年黃金時代的「皇家運動」風範、精英俱樂部的格調氣派，以南美獨有的運動與燒烤文化為靈感打造的扒房。位處中環，主打以傳統阿薩多技術烤製的General Pico草飼牛扒，配以上乘食材，提供頭盤、配菜及創意甜品等，充分展示阿根廷的木烤文化。

Carne's Argentinian Steak House

地址：上環皇后大道中202號

餐廳氣氛寧靜，設計簡約優雅，全店以木系設計為主，掛有多幅阿根廷特色照片，適合情侶談心或商務午餐。推介前菜：阿根廷餡餅 (Empanada)、阿根廷紅蝦；主菜有烤肉眼扒、西冷扒、T骨扒、酥炸薄牛扒 (Milanesa)，最近推出了阿根廷風味的素食菜式。



▲La Parrilla Steakhouse餐廳裝潢瀟灑南美風情。

美斯至愛家鄉瑪黛茶

對美食頗有研究的阿根廷球星美斯，最喜歡吃爐火上鮮嫩多汁的烤牛肉加上一層乳酪、阿根廷大雜燴（火腿及番茄醬）；最愛的飲品就是阿根廷的瑪黛茶。

據傳，美斯在哪都要喝瑪黛茶，一天不喝，渾身難受。為了滿足美斯的需求，四年前的俄羅斯世界盃，阿根廷國家隊便帶上超過100公斤的瑪黛茶，供美斯和隊友們飲用。



▲阿根廷超市內各款瑪黛茶。資料圖片

嘆下午茶的悠閒時光

簡飲 擇食

在城市生活的人，閒暇追求的，也許只是一頓可以讓人放鬆心情的下午茶。餐廳不需豪華，氣氛不必熱鬧，餐飲不用複雜，只盼望拿着一杯咖啡，慢慢品嚐美食，在香氣與陽光中自在地放空，感受平靜的快樂。

位於大圍田心村的「The Shack」，就是一家能令顧客有上述享受的咖啡店。若不是朋友推介，我也不知在村屋包圍的小廣場，別有洞天，不單開了各類民生小店，還有食物質素具水準的Café。咖啡店的店面布置很有心思，淡木色牆壁、白棕色五角形地磚、綠色盆栽和木質長椅，讓人有了小鎮民宿度假的感覺。門前有一

隻純白色與毛茸茸的大薩摩耶犬，像已習慣在店裏「當值」，不介意顧客有禮地跟牠互動，非常乖巧可愛。

走進店裏，點了食物後，原來可以上二樓或三樓進食。當天我坐在三樓，有和式家居的榻榻米和矮木桌，還有溫暖的日光從玻璃窗透進室內。

我和朋友各點了一客「挪威Kebab」，是用煎香的全麥薄餅包着豐富餡料的卷餅。想不到它的賣相非常漂亮吸引，卷中有煙三文魚、牛油果、乳酪和沙律菜，嫩綠顏色加上大量蔬菜，口感層次豐富，不油不膩，十分健康。其他食物也有不少選擇，包括「杏仁開心果牛角酥」，以及材料有雞胸肉、杏脯、紅莓、

南瓜的「摩洛哥沙律」，小食「意式番茄燉蛋」等。

飲品除了各式咖啡及茶，還有不同的特飲。我推介「咖啡橙汁特飲」，首次喝加了橙汁的冰咖啡，原來味道可以那麼配合，格外清新怡人。喜歡甜品的讀者，可選擇那裏每日限量供應的韓式窩夫。我們當天吃的「藍莓窩夫」，鋪滿了鮮藍莓、忌廉和果醬，酸酸甜甜，拍照好看外，吃下時，真的令人有幸福滿足的感覺。

座位旁有一列木書櫃，擺放了許多心靈勵志和生活趣味的書籍，顧客可以在寧靜的環境中閱讀，一邊細嚼美食、品嚐咖啡與細味生活，還可享受在節奏急速的城市裏難得的悠閒時光。



▲咖啡橙汁特飲。

▶煙三文魚素菜卷。



▶藍莓窩夫。

