

做法

①先將第二組的食材在盆中混合，用約30秒的時間抓拌均勻並過篩，看到呈白色狀的米粉糊後，即可停止。此步驟可將食材變得更為細膩，吃起來口感綿密。

②將瑤柱用手撕成條狀，在鍋中倒入食用油，待油溫升高後，將蝦米倒入鍋中翻炒。炒香後依次加入瑤柱、臘腸，並倒水將其煮開，僅需幾分鐘，廚房中便充滿瑤柱、蝦米的香氣。



③取一半分量的粉漿緩慢倒入鍋中，過程可少量多次，並不時用勺子攪拌，待鍋中的臘腸、瑤柱等食材已經充分煮熟，即可將食材從鍋中倒出，與剩下的粉漿進行攪拌。

④攪拌均勻後，倒入事先準備好的芋頭塊並攪拌。而作為製作芋頭糕的重頭戲，準備芋頭時，需要事先炸好，這樣的芋頭切起來不易散開。



⑤拿出準備好的模具，將食材放入模具中。為了讓芋頭糕的口感緊實，可以將模具在桌子上輕輕震動幾次。



⑥放入已預熱的烤箱中以160度的溫度烤蒸25分鐘。



⑦再將芋頭糕連帶着模具一起冷藏。待芋頭糕冷卻後，用手為其脫模，芋頭糕出爐了。

⑧將芋頭糕切片，大約一手指的厚度。

⑨在鍋中倒入適量食用油，待油溫合適後，將片狀芋頭糕放入鍋中，兩面煎至金黃後，即可食用。



每逢新春，芋頭糕、蘿蔔糕、馬蹄糕和年糕，是家家戶戶必食的應節食品。作為廣東一帶的特色傳統糕點，因「糕」與「高」讀音相同，芋頭糕寓意「步步高陞」，而且甚具風味，適合新春期間食用。今次莫鴻喜師傅教大家製作芋頭糕，小小一塊糕點內，藏着芋頭、臘腸、瑤柱、蝦米、火腿等豐富食材。在闔家團圓之際，不妨入廚為家人炮製美食，送上新春的美好祝福。

大公報記者 顏 琨(文、圖)



掃一掃 有片睇



◀ 經冷藏的芋頭糕。

步步登「糕」 迎龍年

芋俗稱「芋艿」，又名「芋魁」「蹲鴟」，屬天南星科。一顆小小的芋頭內，含有豐富的澱粉質、蛋白質和高纖維質等，吃下去具有飽腹感，而且營養價值高，可入菜或單做主食，其中最廣泛的菜品，非芋頭糕莫屬。

「香似龍涎仍臘白，味如牛乳更全清」，對美食頗為講究的大文豪蘇東坡就曾用詩句盛讚芋頭。

選擇芋頭時，最好選擇重量輕的，這樣的芋頭水分較少。想要做出好吃的芋頭糕，更需要事先進行周全的準備。芋頭糕所需的食材非常多，需要將瑤柱、臘腸、蝦米、芋頭、水和油劃分成第一組，麻油、鹽、雞粉、糖、澄麵、粘米粉、五香粉等食材分為第二組。

當製作完成，食用前先把芋頭糕落鍋煎香。剛出鍋的芋頭糕飄香四溢，外面酥脆，內餡軟糯，芋頭吃起來口感綿密，吃到臘腸、蝦米時，更是將甜味的糕點用鹹肉來中和，風味十足。



◀ 莫鴻喜師傅教大家製作芋頭糕。

芋頭糕

【材料】(約6底糕)：

第一組：芋頭300克、臘腸50克、瑤柱30克、蝦米30克、油20克、水150克。



第二組：粘米粉150克、澄麵50克、芝麻2.5克、鹽2克、雞粉2克、糖15克、五香粉1克、麻油30克。

以芋入饌的美食

除了芋頭糕，以芋頭為主要食材的糕點還有很多，如芋粿巧、芋頭羊羹、芋頭鬆餅等。「芋」與閩南語中的「路」和「護」諧音。在閩南地區流傳一句諺語，「食米粉芋，有好頭路(好工作)」。

另外，芋頭的繁衍方式通常是由一顆「芋母」生出一窩的「芋子」，所以芋頭也帶有「子孫滿堂」的美好寓意。

芋頭糕亦是廣東潮汕地區的特產，用芋頭熬製松魚頭或草魚頭，芋香與魚鮮相得益彰，這是在潮汕一帶家喻戶曉的名菜。另外，芋角是港人愛吃的其中一款點心。

芋的種類很多，有青芋、簽芋、白芋、九面芋、紫芋等十多種。最有名的則是潮汕地區的葛洲芋、蜈田芋、橫洋芋、東寮芋。潮汕人將芋頭通過炒、煮、燜、蒸、炸等烹調手法，做成反沙芋、蜜浸芋、芋頭、粿、芋頭糕、芋頭餅、魚頭芋等多道以芋頭為主要食材的美食。其中，芋泥、芋酥、反沙芋被稱為「芋味三絕」。



◀ 港人愛食的點心之一芋角。

龍年滋味美饌

為迎接龍年的到來，Aqua Restaurant Group推出一系列傳統賀歲菜式、應節糕點及賀歲煙花晚宴，預祝大家來年豐衣足食，笑口常開。

中菜館胡同由即日起至2月24日推出八道菜「豐衣足食晚宴」，菜式包括寓意吉祥的蠔龍撈起及香茅惹味的火焰胡椒蝦等。此外，該中菜館設許願樹，歡迎食客將龍年願望掛到樹上，為來年帶來好運。

另外，位於大館的The Chinese Library將於2月9日至24日推出八道菜「振龍獻瑞」新春菜單，包括蜜餞金蠔、龍爪菇海參花膠湯等多款意頭菜式；無限量點心早午餐則於2月10日至13日供應新派和傳統點心，食客更可享用自選主菜和甜品。



▲ 蠔龍撈起。



▲ 多款新派和傳統點心。

吃過豬手「橫財就手」

簡飲擇食 簡嘉明

新春重吉祥喜氣，過節食品也要兼具美味與寓意。故此，許多人愛於農曆新年吃豬手，取其橫財就手的好意頭。豬手是有益的食材，不單蛋白質豐富，而且有鐵、鈣、鎂等多種營養素，加上氨基酸含量高，因此有助改善失眠，提升免疫功能和加速肌肉復原。不少人還認為豬手中的骨膠原有美容功效，可助抗衰老和提升肌膚彈性，視它為價格親民的養生食品。

粵式南乳收豬手吃多了，想找點新意思？筆者推介銅鑼灣「稻埕飯店」的「滿滿骨膠原豬手」。飯店主打台灣菜，店內裝潢如台式夜市，包廂令人有如置身台灣電視劇《華燈初上》的夜店場景。該店菜式很多，不想費神選擇，可點名為「台味」的套餐，就能嘗到一系列招牌菜。

頭盤名「稻埕小品」，是冷盤開胃菜，包括「話梅小山藥」和「黑糖醋釀柑仔蜜」，是話梅汁醃漬的山藥粒和淋上黑醋的車厘茄，酸

酸甜甜，清新可口。接着是「金不換乾貝螺頭燉雞湯」，湯料豐富，湯頭鮮甜且帶金不換香草味，調味有新意，以鮮雞燉湯亦不覺油膩，兼且滋補暖胃。再來兩款海鮮類熱食，分別有「香煎珍寶帶子配紅蔥鮮露筍」和「鮮魚湯野菌浸龍躉斑球」，皆分量十足，賣相和味道同樣不俗。吃台灣菜少不了「古早味三杯雞」，雞煲揭蓋時香氣四溢，熱騰騰的雞肉充滿醬油、麻油和米酒的味道，十分惹味。



▲ 滿滿骨膠原豬手。

飯店王牌「滿滿骨膠原豬手」終於登場，可見每件豬手油亮飽滿，單看外皮已知充滿膠質，醬汁濃稠適中，不覺肥膩。豬手攪得很靚，可以一口咬下，烹調的火候和時間控制得很好；豬皮很軟滑，帶有蜜味，入口融化；豬手肉厚，醬油徹底滲透其中，加上肉質細嫩，又不黏牙，確是上品。套餐還包括「爆炒韭菜花」「珍珠米飯」和甜品「芋圓珍珠紅豆湯」，真是豐衣足食，盤滿鉢滿，值得一讚。



▲ 話梅小山藥。