



居港嘗遍家鄉菜系列

潮菜「好用滷味·善烹海鮮·重湯輕油」 漁鄉風情中嘗潮汕風味

潮州菜，簡稱潮菜，粵菜的其中一個分支，起源於中國廣東省潮汕地區，其特點有好用滷味、善烹海鮮、重湯輕油、注重養生等，主要烹調法有燜、燉、煎、炸、炊（蒸）、炒、焗、爆、焯、烹、泡、扣、滷、燻、淋、燒等數十種。潮州菜接近閩、粵，匯兩家之長，自成一派，因「色、香、味、型」並美而飲譽中外，已有千年的歷史。早前，全新潮菜餐廳進駐了元朗，菜式融合經典與玩味元素，保留傳統味道加入新式配料或調味，帶來不少潮點、滷水及打冷小菜，為食客呈現最新「潮」的用餐體驗，吸引新一代的年輕食客前來聚首品嘗潮汕風味。

採、攝：兩文



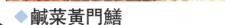
◆潮州凍大花蟹



◆打冷拼盤



◆滴水雞肝



◆鹹菜黃門鱔



◆滴水鴨拼盤



◆潮州四喜拼盤



◆金不換砂鍋普寧豆醬雞



◆卜卜脆蠔烙



◆海皇脆皮腸粉



◆椒鹽九肚魚



◆餐廳裝潢大量採用船纜、船架等結構元素，營造潮州獨有的水鄉風情。



◆「鵝肉宮」潮式美饌



掃碼睇片

我老公？ 「鵝肉宮」

「鵝肉宮」！這間潮州菜館的名字甚有心思，日前正式進駐元朗形點I，與店名相呼應，菜式融合經典與玩味元素，重新演繹經典潮菜，保留傳統味道加入新式配料或調味，再配合精美賣相，為食客呈現最新「潮」的用餐體驗，吸引新一代的年輕食客前來聚首品嘗潮汕風味，三五好友感受簡約時尚的愜意氛圍，享受悠閒時光，成為元朗的美食「潮」聖熱點。

所謂「靠山吃山，靠海吃海」，餐廳從潮州近海的文化中獲取靈感，打從踏進餐廳的一瞬，食客便有如踏進一艘潮州船艦，遊走當地的漁鄉風情，品嚐美味、經典的潮菜；裝潢大量採用船纜、船架等結構元素，營造潮州獨有的水鄉風情。傢具以素色為主，以實木展現出潮人堅韌的信念及細膩的工藝；多款造型獨特的燈具、光線柔和的小燈泡，襯托金色裝飾元素，為店舖增添現代感。

酒起鵝肉剝，滴鵝是潮州人酒桌上不可或缺的一道菜式。每件滴水鵝片的肉質、味道、上色度，都能充分展現師傅的功底。餐廳用上潮州特產獅頭鵝，鵝肉質地鬆軟而豐腴，鵝味濃，再用以廚師秘製滷水膽製作的陳年滷水汁浸泡，充滿香料與肉汁精華，芳香入味。必食的滴水鵝拼盤內有6款港人至愛的滷物，包括滴水鵝片、滴水鵝腎、滴水鵝翼、滴水鵝肝、滴水鵝掌及滴水鵝腸，恍似吃掉了完整一隻鵝，品嚐一趟鵝味之旅，是輕淡適時的佐酒佳品！其實，餐廳自家滷水加入大量香料，存放超過5年，每天更分早、晚兩轉浸醃，確保招牌滷物新鮮、芬芳、入味。而潮州四喜拼盤、滴水鵝頭頸、鵝肉絲撈麵等多款馳名滷物亦不能錯過！

「架已冷」與「滷經典」

談到潮州菜，定會想起耳熟能詳的「打冷」小菜，「打」係光顧，「冷」則因大排檔供應多為涼菜；「打冷」遂指光顧潮式排檔，經典的「打冷」菜式一定要數潮州凍大花蟹及潮州白焗烏魚。潮汕靠海得利，海產特別鮮美，只需白灼，略加豆醬醃吃，已是極盡鮮甜的極品美味。餐廳的烏魚更從潮汕捕獲，原鮮滋味直送至分店。而且餐廳還有打冷拼盤、鹹菜黃門鱔、香煎牙帶魚等「打冷」各具特色的涼菜，保留傳統潮州菜的精髓，同時也迎合本地飲食文化的需要，吃出潮州人情味。

傳統家常小菜中添新意

普寧豆醬是潮汕地區的特產，運用傳統的調味再加入金不換，於鹹香中再昇華，炮製出「金不換砂鍋普寧豆醬雞」；「蠔烙」為潮汕經典菜式，餐廳迎合年輕人的喜愛，把蠔烙炸得香脆可口，分量適合四位享用。還有，多款家常小菜如香芒蝦球拼梅羔醬烤骨、椒鹽九肚魚、酒香紅糟炆肋骨、碧綠珠菜川椒雞等，大廚花上不少心思及工夫將具備傳統風味特色的菜式精緻地重新呈現，給食客帶來味覺與視覺的驚喜和感受。

至於潮式點心及甜品種類繁多，潮州蒸粉粿、黃金炸油粿和反沙芋條最為常見，不論大人、小孩都喜歡。加上，餐廳各款潮式點心及甜品新舊交融，保留了昔日豐富的口感層次，也融入了粵式飲食文化，將口味和外觀再昇華，打造具本土特色的潮州風味。餐廳午間時段亦供應多款潮式美點，賣相小巧精緻，適合一眾年輕食客飲茶打卡！



◆潮式鹹排骨春菜煲



◆潮州勝瓜煮蠔子



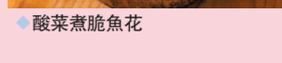
◆石橄欖豬肺煲龍骨湯

盛夏時令惹味養生潮菜

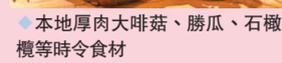
大自然有四時之變，農作物與海產食材亦會隨之而產生變化，孕育出最佳狀態。盛夏產的涼瓜清熱消暑、夜香花清肝明目、勝瓜清熱解毒、茭白筍脆嫩清爽，香港人大多體質濕熱，多吃夏天當造食材自然能有助消暑祛濕，達至天然養生效果之餘，同時享用食材最佳風味，真正做到「適時識食」之道！

「飯中魚肉，不如一口鹹菜」，鹹菜就是潮汕的特產，亦是潮汕「雜鹹」的其中一種，其種類豐富，以老菜脯、橄欖菜和魚露最為出色，組成潮汕美食的風貌。加上地理位置的優勢，潮人特別善烹海鮮！酸菜煮脆魚花正是以甜脆爽口的鹹菜快煮像花的新鮮淡水魚片，賣相美感十足，鹹菜味道讓入食指大動，風味細膩！

鹿茸菇醬雞粒燒啡啡菇及石橄欖豬肺煲龍骨湯選用本地厚肉大啡啡，配搭鹿茸菇醬及雞粒等食材，即叫即炒，鑊氣十足，出鍋啡啡惹味爽口，少辣醒胃！石橄欖豬肺煲龍骨湯選用潮州盛產的石橄欖，與豬肺、豬骨等煮成老火湯，湯濃甘甜。於夏日品嘗，有助潤肺及舒緩咳嗽，是當季養生佳餚。



◆酸菜煮脆魚花



◆本地厚肉大啡啡、勝瓜、石橄欖等時令食材

塔羅星座

文：BENNY WONG

白羊座 2/3-19/4
有如魔術師般聰明百變，多才多藝，很久不見的朋友在這星期會聚會。

金牛座 20/4-20/5
一切計劃中的事情會變得落實，以及成功，加多點努力，就會得到更多的意外收穫。

雙子座 21/5-21/6
與家人朋友意見不合時，千萬不要放在心上，應多些將內心不滿提出，否則造成心病呢。

巨蟹座 22/6-22/7
金錢、事業、愛情、人際都給太陽伯伯照耀，幸福滿溢，但小心體重大增啊！

獅子座 23/7-22/8
身邊總是有人與你作對，並未能好好安定下來，好煩、好躁呢。

處女座 23/8-22/9
想得到更好的運氣，首先要學識付出先這一步，不要計較就會更好了。

天秤座 23/9-22/10
見到魔鬼牌出現在這星期裏，萬事要小心一點，特別是金錢借貸方面，小心一去無回頭。

天蝎座 23/10-21/11
期待已久的愛神丘比特終於降臨在你枯旱的愛情路上，好好把握哦！

射手座 22/11-21/12
機會是不常有的，真是有興趣的，就要給多點信心喇，不然走了！

摩羯座 22/12-20/1
各方面都穩穩陣陣，不需掛心，但就是壞脾氣這傢伙戒不了。

水瓶座 21/1-19/2
這星期學習能力幾強勁，是時候為自己將來進修了。

双鱼座 20/2-20/3
月亮的影響，令你這星期多愁善感，憂慮非常，不如多參加分享會吧。