

中國菜 特殊材料的處理

中國菜餚常使用各種不同的材料，其中有些如燕窩、乾鮑魚、乾海參等，烹調前必須經過特殊的處理。

燕窩 原產於南海海燕的巢中，海燕以小魚、貝類及海草為主食，遇到難以下嚥的骨頭和筋，就會隨唾液排出，長年累月在巢中就形成燕窩。

購買時，宜選色純白，雜質少，似花瓣者為上品，如果顏色黑，含有羽毛，形狀小者，品質差，不宜購買。

市售的燕窩，大多經處理過，可直接使用。若未經處理者，使用前應先泡水2~3小時，水中加少許油，使羽毛浮出水面，可用夾子將羽毛與雜質夾出。

烹調宜採用蒸的方法，不宜直接加熱，因直接加熱，會使得燕窩熔解。

食用方法：可加水及冰糖入蒸鍋蒸軟作成甜食，或加入高湯、肉絲、香菇蒸軟作成鹹食。

魚翅 為沙魚鰭乾製而成的，有排翅、散翅、翅餅之分，其中以排翅價格最貴，因其為沙魚翅原形乾製而成，翅餅則為加工處理過的。

排翅及散翅等未經處理的魚翅，使用前應加蔥、薑、酒於水中，與魚翅共煮2小時，水冷後取出，洗淨上面的雜質及沙魚肉，再加入雞湯蒸軟，翅餅則可泡水後，直接加入烹調。

由於魚翅本身沒味道，就需要美味的材料如香菇、雞湯、中國火腿、筍等搭配，可提高其風味。

乾魷魚 是魷魚乾製而成。使用前一天，將乾魷魚泡於冷水中數小時，體積會吸水變大。亦可在泡的水中，加少許鹼，可使體積變大，並有較好的脆度，其缺點為營養價值受到破壞，有時鹼加太多，會使得組織太軟。

乾鮑魚 使用前，用熱電爐或炭爐烘至軟，再以利刀切成薄片，加入要燉的材料燉之。



市場銷售的魚翅、蹄筋、魷魚、海參已經過

乾海參 以色黑者為上品。使用前，加入冷水及蔥、薑、酒以小火燉之，至軟後，取出去腸泥，洗淨再加高湯及美味材料，一齊烹調。

干貝 又稱為海扇或江瑤柱，因其在海水中移動時，是將兩貝打開，再用力絞合，因此命名。市售干貝有新鮮及乾製品，以大、肉質厚者為上品。

新鮮干貝可切片後，速炒起鍋。乾干貝使用前，先泡溫水並加酒蒸軟，再連湯汁一齊加其他材料來烹調，其味鮮美，為中國菜肴中四珍之一。

海蜇皮 大部分加鹽醃漬，使用前用冷水浸泡，再用開水沖洗乾淨，切絲拌入醬油、糖、醋、蒜泥等調味料。

活龍蝦 在烹調前，需以利的竹籤由尾部向頭部插入，背部筋膜以利刀稍



處理，可立即烹調。(阿丰 攝)

切斷，並抽取腸泥，方可放於蒸籠中蒸熟，若不經上述處理，直接蒸食，則龍蝦外殼會緊縮成一團，影響擺盤的外形。

鱉 又稱為甲魚，其與烏龜之不同處，在於外殼柔軟且色澤較淡，鱉以春秋肉質最肥厚，其他季節則品質較差。

殺鱉時，可將它倒置於砧板上，當它頭伸出時，迅速將頭切下，用沸水燙洗，除去內臟及外面的粗皮。另一種方法為讓鱉銜住木棒，由上淋下熱水，使其排尿再割頸，排出血液，除內臟，洗淨切塊再烹調。

活鱧魚 於清水中游，換數次水，使魚變乾淨後，將魚放砧板上，用鑽子從鱧魚頭部插入釘於木板上，利刀直剖其腹部，取出內臟及腸泥。另一種作法則將魚放冷水，加其他材料以小火煮熟，煮熟後，再以筷子由腹部挑出腸泥。

海螺 外殼敲破，取出完整的螺肉，挑出腸泥，沖洗乾淨後，去其硬邊，橫切片。

蝦米 為小蝦乾製而成。使用前，宜先泡水使其變軟。

豬腸、豬肚 先將外部的油脂剝除，用竹筷將其內部翻出，以水沖洗後，再以滾水燙過，取出放盆中加麵粉、塩搓洗，最後以明礬搓揉，再以清水沖洗乾淨。

豬腰 橫切為二，以利刀去除內部白筋，外部切割十字刀紋，再切成片，泡冷水，需換水2~3次。

蹄筋 為豬腳筋乾製而成。使用前，放入冷油中，再慢慢加熱，藉熱油使蹄筋炸發，放入水中燙軟。

鴨舌 放入滾水中川燙後，速取出，刮除白皮膜，並取出中間的軟骨。

鴨掌 用水洗淨，於滾水川燙後，除去皮及爪，再放水中煮滾半小時，取出除其小骨頭。

白木耳 產於四川深山的朽木，以色白形大者為上品，使用前需泡水，去其雜質，加冰糖熬煮。

冬菜 是用晒乾的白菜芽、蒜頭、塩醃漬而成。使用時，直接加入煮好的湯中即可。

髮菜 為生長於淡水的海藻，形狀如髮絲，中國菜常取其音與“發財”相似，以吉祥之意，為年節不可缺少的材料。使用前，只要將它泡水即可。 ■