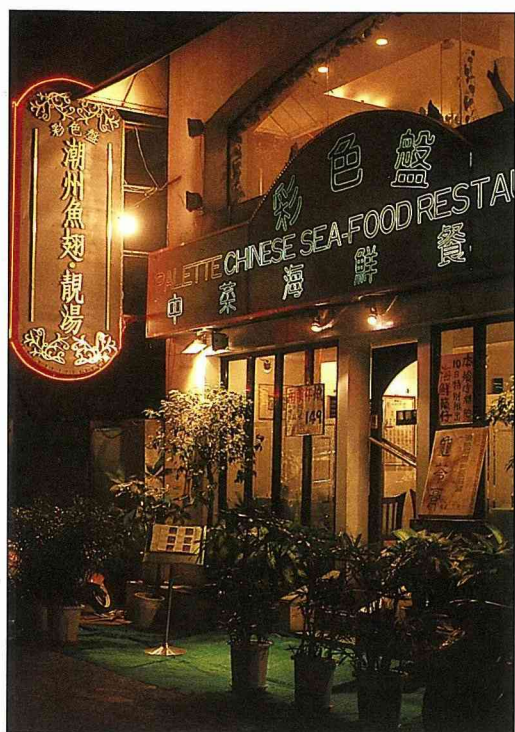


彩色盤

地點：台北市敦化南路
特色：各式補湯・潮州菜

當您猛不防起了一個冷顫，挑出一件冬衣，或打入冬以來的第一個「哈啾」；別擔心，您只是缺少了入冬的第一個前奏——那便是「冬令進補」啦！



「彩色盤」座落於台北市敦化南路，上班族熙攘往來的地段。



「彩色盤」常用的中藥有：人參、冬蟲夏草、當歸、枸杞、紅棗等。

從阿嬪的阿嬪傳下來的自家補鍋，每到冬季就要俟機在爐上細火慢燉出老媽的愛心；當然，她們也萬萬沒想到，在全球健康「食療風」颳起，各國時髦人士愛好嚐鮮滋補時，咱們的老祖宗，以「藥膳」、「食補」，口傳了幾千年，才是更Fashion而有看頭的前衛人士，連去年在外貿中心舉辦的中華美食大展，也以「藥膳」做為去年的主題菜。這些口傳秘方深諳人體奧妙，以食材藥方調配出的滋養美味，搭著溫和的補酒美食，往往在溫度降到冰點時，把體能調到最高峰。

「出外打拼，吃苦當作吃補。」聽了這句話，千萬別當真，出外人在外打拼吃不到阿嬪的細火慢燉，沒關係，我們向您介紹的「彩色盤」餐廳就有。「彩色盤」座落於敦化南路上班族熙攘

往來的地段，也因此吸引了許多注重身體健康的外食人士前往品嚐。

店主朱小姐表示，「補湯」對香港人而言，早成生活習慣之一，連小老婆要跟大太太爭寵的法寶竟是「靚湯」，可見其功夫與威力。而「彩色盤」師傅雖非小老婆出身，但源自香港名醫的數代真傳身段，調製出來的湯別有特色。

目前市面上較常見被運用來做補品的中藥包括：人參、冬蟲夏草、當歸、枸杞、紅棗等。「彩色盤」也不例外，尤其以罕見藥材燉而補而成的「帝王湯」及「美女湯」，男女分別飲用，當然這也是屬於高價位的補湯，必須事先電話預訂。為什麼在眾多補藥材中，香港名醫會特別鍾愛冬蟲夏草呢？

據藥總醫研部林清淵教授的



店主朱小姐對顧客觀察入微。



「彩色盤」的一面大牆上，貼滿了名人的簽名。



「彩色盤」的飲食氣氛像是吃「燭光」晚餐的地方。



「彩色盤」師傅有香港名醫真傳身段，調製補湯別有特色。



招牌菜——秘製梧州龜苓膏

龜苓膏，乍聽之下就可以了解它必然是一道補品。但是，彩色盤的龜苓膏還是一道飯後甜點，您也許會有些不可思議。

彩色盤大廚李明耀表示，龜苓膏是由龜殼與十六種藥材秘製而成，這些秘方是香港名醫祖傳下來的，當然囉！稱為秘方也就是不方便公開了，所以，有意一解秘方，便要上彩色盤好好的吃它一盅，保證您會意猶未盡的再外帶一份回家享受。

在它所含的十六種藥材中，有多數是屬寒性藥材，因此孕婦不可食用。而平常人常吃龜苓膏可以清熱、解毒、去暗瘡，對於一些在臉上或身上易長不明暗瘡的人，最適合每天來一客了。食用時，因為會有濃厚的中藥味，其實這種中藥味吃起來彷彿「仙草」的味道，冰冰涼涼的甚是好，但是很多人不習慣這種味道，不要緊，淋上蜂蜜就更加美味可口了，也難怪「彩色盤」會拿它來當做飯後甜點。



男湯「氣宇軒昂」

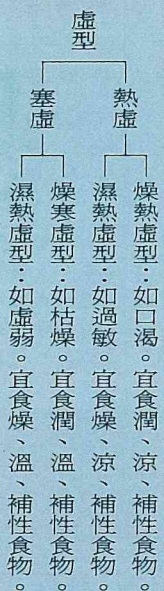
研究發現：冬虫夏草所含活性成份，可阻止腎臟惡化的化學物質。在日本藥膳風靡的程度並不亞於國人，尤其日本食客多半嗜食強精補腎的藥膳，像冬虫夏草這類具有生精補髓、興奮強壯的藥性所調製成的食物。因此，在「彩色盤」中，有另一味「九牛二虎」常飲，因為對於老年中氣不足與疲憊有其療效，最受日本觀光客喜好。事實上，所謂的冬虫

夏草屬於子囊菌亞門麥角菌科，寄生於鱗翅目幼蟲，在本草綱目拾遺中記載，冬虫夏草有益補腎、補精髓之效果，而其藥性作用非常廣泛，包括有調節免疫功能、抗腫瘤作用等，多食有益調理身體機能。

店中除高價位補湯，也推出中等價位補湯，當然也分男、女飲用，男湯稱為「氣宇軒昂」，專治男人腰痠腳軟、應酬過度；

而女湯叫做「沈魚落雁」，專讓女人容顏嬌豔。店主人說，在香港男女各點各的情況普遍，「補你就是補我」的相互會心，往往吃起來落落大方，但是國內即使一桌都是男人，都不免嘻笑推阻一番後，「還是來一客！」，大異香港人之情趣。

在「彩色盤」除了可以吃到各式補湯，潮州菜也是它的特色之一。店主人說，在一年半前，



女湯「沈魚落雁」

「彩色盤」仍然以台菜為主，自從她接手之後，為了使其更具特色，將台菜改為潮州菜，並引用香港名廚來掌廚，使得「彩色盤」的各式佳餚更具地方色彩，也就是俗稱的「道地」。該怎麼形容「彩色盤」潮州菜呢？光聽菜名「帶子（干貝）蒸豆腐」、「芹菜蒸魷魚」，您大概可以猜出幾分來；在「彩色盤」的潮州菜中除了承襲潮州口味的重、濃、厚外，煮法上一律都以清蒸為主，店主人表示，現代人對於飲食的攝取大多忌諱油膩，所以，用清蒸的方法除了可以去除油脂，也可以將食物的原味展現出來，讓顧客吃到真正的鮮美。

中式餐廳的經營管理，通常對經營者而言是一項挑戰。雖然中式餐廳「閤第光臨」的機率較高，但是地處於敦化南路上的「彩色盤」卻常常可以看到一、二位客人在店內品嚐美味，店主人說，「中菜西吃」是爭取講究飲食氣氛客源的要素。不錯，走近「彩色盤」您會以為這是個吃「燭光晚餐」的地方，絕不會將它和一般雜亂不堪的中式餐廳連想在一起；推門而入，整齊的純白桌巾、餐巾、壁上的小幅風景畫、圓弧靠背椅……在在令您忍不住坐下來好好的享受一番。

當然，乍聽「彩色盤」或多或少您會對店內的餐盤有些幻想，其實，「彩色盤」只是一個西方的名稱，店內的餐具是一式的白，除了蒸籠所展現出竹子的顏色外，您是看不到其他顏色的餐盤。不過，當各式補湯、潮州菜被純白的餐具所盛放時，一個桌子各式各樣的顏色看起來，還真

像是「彩色盤」呢！

第一次上「彩色盤」，也許會對店內琳瑯滿目的菜名摸不著頭緒，會心的店主人早已為大家設想好了，並設計一套平價的套餐，兩人份大約600元左右，非常符合經濟實惠的原則。而中餐也供應商業午餐，內容上以一般客飯、港式炒飯、炒麵為主，價格在150元內，解決附近上班族的午餐問題。

在工商社會忙碌的結構下，不少家庭「補冬」的習慣已漸由「外食食補」方式代替。上食補店來一客，不但是家庭主婦的福音，更可解決外出工作的「遊子型」上班族無補可吃的失落感，從「彩色盤」一大面牆上簽滿了各行各業名人的簽名，其中影視紅星佔大多數的現象看來，其受歡迎的程度，真是符合中國人「藥食同源」的理念。