

■ 苦瓜小魚干



■ 鮮油生蚶



■ 芥菜鮮雞湯

客棧啤酒屋 & 餐廳 葉爸爸的台灣老菜

瑞安街從建國南路或復興南路都能穿通，街長巷多弄更繁，往往找個門牌，都得一找再找，雖然腳是累了一點，有個好處，小餐廳忽然冒了出來，讓獵食者，總有收穫。

在圖書館後巷的客棧，若不是熱門路的朋友引薦；走過去，只是會多看兩眼就走過去。那是老房子改建，屋裡可是熱鬧了。Pub 自然提供了飲酒機會，別以為只有簡單餐飲，棧主是一點都不含糊能秀出不少台灣老菜來。

籃球國手出身的葉廷義，有個講究台灣飲食的父親，吃多了家中美食，兒子竟然亦習得料理高招。開店目的原為家中客常滿，找個更寬敞場所，等店開張，才發現，經營之道錙銖必較的道理，於是，更認真食之美味，爭取更多客人。

未點菜之前，開胃菜適時送來

；醃薑即其父親得意之作，四個人，一餐下來，吃了三盤薑，證明了味之好，開胃又解油。棧主不藏私，提供了醃製竅門，選嫩薑或薑芽，先將米酒與糖煮沸，待涼，加入風乾了的薑，浸泡於缸中，十多天即可取食，取薑小心不要有任何水氣，放上一一年都不會壞。小家庭可以保存在冰箱更妥當，雖純米酒醃，食來完全沒酒味，等薑大量生產，妙手做一大缸吧！

肉絲炒豆干，家常菜雖平常，一般切絲即可炒上一盤，豆乾雖不差，總感到乾澀些，這道菜，若想炒來軟滑，切好的豆干，先在小油中炒一下，加入少許糖與些許水，悶煮至水吸乾了，再與拌了太白粉的肉絲、蔥同炒，保證盤底見天，非廚房高手，上此菜，也會博得讚賞。

若想一試葉家家傳私房菜，這

就非得預定了，家中有「漢堡兒」拒吃中國菜，則「沙魚漢堡」必令其欣然入肚。新鮮的沙魚剝成泥，具有強烈野香的芹菜梗切細，與香菜末同拌，煎熟，下酒下飯或夾麵包都好，當然，調味就得費心些，鹹淡看各家口味了。

另一土的不能再土的「白菜滷」，根據葉家食譜；拒絕爆香的扁魚，以燙過水的豬皮、沙魚皮、香菇及增油滑口感的五花肉是滷大白菜的基本材料，一鍋滷白菜燉煮好，別忘了加「蛋酥」，此方是台式料理的「完全篇」。附上「蛋酥」製作；準備炸油，蛋打均勻，從漏杓滴下蛋汁，細油炸香的蛋絲即「蛋酥」。

近年吃生魚片較熱門的鮭魚，以蔥薑絲蒸，處理方式一如蒸石斑魚，是客棧喜歡推薦給客人的一道菜。

從福州的「佛跳牆」，變成台



■清蒸鮭魚

式的「佛跳牆」，其中奧妙之處，有待食客品評，想食，得預約呢！

「客棧」的媽媽炒米粉也有獨門炒法，一般炒細米粉，油多了膩，油少了，咽了喉嚨，葉媽媽加了蛋汁在米粉中同炒，米粉增了滑香，米粉吃快了，也不會為難喉嚨。

賣酒賣咖啡，小炒是客棧拿手菜，老客人想吃酒席菜，或來個家族聚會，酒席菜不會高過5000元即可吃到。至於菜單，也儘管放心，「活石斑」即其中之一，葉先生家的大廚做的不會讓主人丟臉。

想考驗客棧菜譜，不妨先小吃幾道，如炸花枝、炸豆腐、生炒雞片，或者干脆要個什錦砂鍋，都可以試出手下功夫。

餐後，來杯咖啡，換個角落閒閒地坐一會，藍調的氣氛令一餐飽足後更寫意。



田老爺小館

傳統廣東菜

座 落在天母士東路上的「田老爺小館」，由於周圍多住家，街坊鄰居也是做小生意的多，影響所及，似乎田老爺的環境也很寧靜，一般粵菜館總在熱鬧吵雜聲中吃完一餐，在田老爺倒可享受清靜又傳統的廣東菜。

春節雖已過去，年節的氣氛在中國人的生活裡可長了，朋友聚會難免又是一頓吃；到田老爺除了小吃，可以指名主廚三叔公來點吉祥菜，那才是真正傳統粵菜。

最能象徵春臨大地的「玉帶藍袍」，是以新鮮的干貝當主要材料，新鮮干貝如今進口多，價亦不會太貴，與大芹菜、紅蘿蔔、芥藍菜組成一盤色彩淡雅的菜，味清淡食來爽爽的，尤其干貝具有療效，能滋陰止咳，含豐富的蛋白質，是對人體良好的食物，普通人家對生干貝，較難烹出好味，這三叔公的「玉帶藍袍」就請他調製了。

只會燙熟蝦吃或把蝦鹽酥了的食者，那麼「掌上黃金」可以讓蝦

有另一種風貌來；此菜出來，只見綠花椰菜與蝦互相輝映。蝦成球狀，和蟹肉、蛋清調成滑嫩口味，令人見色心喜，味覺不由被打敗，對挑食者，也容易說服多吃一口。鵝掌雖藏在盤底，潤澤了蝦鮮菜香，逼出更多味，真是便宜了圍桌而食的一夥人。

吃中國菜的樂趣之一是猜菜名，大廚們除了負責菜的調理，菜名的定奪往往要費心思，像「包羅萬象」，若見烏溜溜的髮菜，上面綴

■玉帶藍袍



最新版

楊懋春教授的鄉村社會學思想

主要内容：

- 一·緒論·
- 二·時代脈動與知識形成·
- 三·鄉村社會學思想的本題結構·
- 四·鄉村社會學研究的主要內容·
- 五·結論—鄉村社會學思想的取向·
- 六·附錄·

財團法人楊懋春貞德紀念基金會印行

定價：250元（郵購另加掛號郵資45元）

新人文主義的觀點

蔡明哲教授 著



豐年社

郵政劃撥 0005930-0 豐年社

台北市溫州街14號

電話：(02) 3628148 (分機30)

傳真：(02) 3636724



■掌上黃金

點了銀杏，實在不知與「包羅萬象」有啥關係，等撥開髮菜才見真曉，一片片的鮑魚代表了包羅萬象的包羅解了迷。

其中髮菜要說明一下產地，大多數人以爲屬水中之物，該物生長在較乾燥的蒙古草原及青海的土地上一帶。一年裡只在立秋後的第二天收成，扒溜髮菜只有四天，一天扒不了三兩，採髮菜不易又辛苦，但因含有鐵質，能補血，有些地方的習俗，女孩在發育年齡要食髮菜，據說頭髮會烏黑更亮麗。

廣東人吃魚要生猛，也即是現殺現吃，若殺好當天沒吃，次日再烹，就覺味道全不對了，所以，吃粵菜，視其端出來的魚，是很講究的現殺，即知其他菜也是否會認真的烹煮了。

吃到的「福祿麒麟斑」，真的得拜師習藝者才會將一尾魚，片成一塊塊，再與香菇、金華火腿重新排列組合，手要有技巧，當藝術品般塑造，是此菜的重點處。

除了講求廚藝之美，也別忘了廣東人家家戶戶密傳的煲仔菜；煲仔菜原是以以前粵人的轎夫或勞力者出遠門，方便在路邊生個火，再以小砂鍋烹煮各式菜的方便烹調吃法，如今成爲廣東人之家常菜。做煲仔菜的材料先在鑊上炒，再移至小砂鍋慢火燜，湯汁不多，是下飯的菜譜。

在田老爺可以先請教主人李先生，因爲各種味兒的煲仔菜都各有特色；如雪菜茄子煲，以雪菜入茄子，想來味就獨特，這就是大膽嘗試發現的好菜，取飯相配，不會嫌飯粒多。

「沙茶牛肉粉絲」或「西湖牛肉羹」或「珍珠鵝掌海鮮煲」都是初嘗煲仔菜的入門。倘使購冊香港出版的煲仔菜食譜，依樣學樣，會發現平常吃慣的菜，可以另一種方式來表現，換口味，也會有一心得，原來煲仔菜如此動人，對喜熟食或時間不夠多者，能預先準備，更節省等待的時間，此建議亦是我的小偏方。

廣東菜之所以受歡迎，老菜能保持是原因，容易吸收外來食物亦是其廣受歡迎之處，有那些菜融入粵菜呢？有機會再爲讀者分解。

一套三卷
1500元
優惠特價



單卷550元

中國蘭專輯錄影帶

與蘭有約

中國蘭之栽培法(50)分鐘

中國蘭之管理法(50)分鐘

與蘭有約欣賞篇(50)分鐘

本套爲您介紹中國蘭之組織、栽培方法、管理技巧及病蟲害防治和注意事項，更有近百種雅藝、花藝新品種介紹，千萬別錯過哦！

海岸山脈寶石之旅(全集)

美麗燦爛的寶石是如何形成的？
台灣海岸山脈裏 蘊藏了那些寶石呢？
藍寶石、紫玉、白玉髓這些礦脈分佈於何處
本片中您將可獲得最珍貴的解答！



片長90分鐘
每卷600元

郵政劃撥：0005930-0豐年社
地址：台北市溫州街14號 電話：(02) 3628148