

■紅糟鰻魚



永寶

一辦桌式的台灣老菜

政治大學的師生許多都知道這家店，不住在木柵的朋友，若沒熱門熟路者領路，大概再怎麼走，也不會走到「永寶」。

遠老師說了多次，讓大夥一道那天去！尤其每回飲到茶，就不禁想起第一次喝到永寶泡的茶，味香色清，以為木柵地方是茶產地，老板會選茶，給客人好茶來的？飲過2杯，老板送來茶梗子，原來，飲來真不錯的茶水，連茶葉都不是，是茶枝了。

桂花魚翅

到永寶主要是吃台灣辦桌式的老菜，先已經拜託老板了，給做個「桂花魚翅」，從前台灣有錢人家，吃起魚翅來絕不會虧待自己，做的精緻，料足料精。



■雞捲

桂花魚翅所選的材料，除了魚翅，其他材料並不貴，但講究刀工，用的筍最好是冬筍，才能感覺脆度，冬筍切成細絲、火腿絲、香菇絲炒出味來，再加入已在高湯中煨好的魚翅，然後，蛋打散，煎的黃香香，碎成小片的蛋，拌在其他材料中，再同炒，上桌時，看來乾爽，桂花魚翅是真正台式老菜。取桂花名而無桂花混在其中，蓋小片狀的蛋看來有點像桂花。在廚藝界有1個笑話，1位廚師就曾直氣狀的問他的師傅：「怎麼桂花魚翅沒吃到桂花？」

白菜滷

台式料理中，尤其辦桌，「白菜滷」是少不了的，因其有些材料可以事前燉煮，此菜也是許多家庭三不五時要端上桌的：肉絲、蔥、香菇等先炒香，也可加入爆香的開陽，或煸香的扁魚，和大白菜煮成1鍋，待上桌時，摻一些蛋酥、香菜，就是道地老味了。蛋酥是把蛋打均勻了，從漏勺上倒入熱油中，再掏出來，其作用是蛋味能使白菜滷的香味更濃。

雞捲

台北重慶北路圓環上的雞捲，

50多年來仍能保持原味，台北還有其他地方賣，可惜味道都不太一樣了。永寶的雞捲用的豬肉味鮮，裝盤上桌成了菜，拿來下酒很適合。雞捲中還有另一佐料，北部用的是荸薺，南部大都用樹薯。有人吃雞捲，最愛的是外層的豆皮，酥香脆。雞捲用的材料是豬肉，怎麼叫雞捲，頭筋急轉彎，想到了嗎？整條未切的雞捲，外形像雞脖子，所以有了雞捲之名。

爛土雞

木柵貓空以茶出名，連帶附近家庭式手藝的小餐廳一家家開了起來，做大菜沒辦法精，拿山茶當號召，熱熱炒的一盤盤，每盤都吃光光。

有菜也要有肉，於是，附近農家養的雞，殺洗乾淨了，雞浸到水中，煮沸了，熄火，再燜個40分鐘，雞甜的叫人忍不住以手代筷，直接拿在手中吃了起來，當然，慎重一些的，會先挑那家養的雞好不好了。

海鮮老菜

魚若是鰻魚，乾煎沾椒鹽，肥厚肉多最好吃了，鰻魚裹上一層粉炸著吃也好，鰻魚在上粉之前，先要浸調味汁並沾紅糟，此法是台菜傳承自福州菜的作法之一。

永寶其他海鮮也能做，我們此行只想吃老菜，而且還要費點功夫，直接入水煮好就能吃的海鮮就沒去點它。木柵一些街道還有些3、40年代的風味，老街上吃一頓，順便附近溜溜，懷舊一番別忘了。



■桂花魚翅



鱈園 — 海鮮味美清淡爽口



■ 鱈魚頭砂鍋

鱈園開了半年，在一片經濟不景氣聲，在鱈園竟然有客人訂不到位，客人在門口等待的情形發生。尤其，在那裡，客人一下子見到那位，一下子見到這位，似曾相識的面孔，待想起來，大概都是電視上常見的一位所謂的名人啦！更喜歡去鱈園。

如此吸引客人的餐廳，地緣接近忠孝東路名人巷，客層不用掛慮。店中設備清清爽爽，讓客人落座後，感覺很溫馨，吃飯等著上菜點，還能耐心期待有一頓美味的心情。

江浙廚房老手當主廚，廚房工作累積了20多年經驗，做些什麼菜？自有主張。

健康飲食是現代人比較重視，淡鹽、水煮、少油是講飲講食者會接受的飲食觀念。

鱈魚頭砂鍋

在「鱈園」，正如其餐廳名字，鱈魚成餚的比例很大，鱈魚頭做成的砂鍋魚頭，汁稠湯鮮。吃砂鍋魚頭通常在冬天冷冷的氣候吃，是最帶勁，以鱈魚做砂鍋是基本的素材。若以鱈魚，在冷氣房裡吃，口味上屬較清

淡，肉質也滑口許多。夏天裡，食慾沒那麼旺盛，倘菜中多了酸味，吃起來順口多了。鱈魚頭砂鍋放了超多的醋，奇怪，不會酸的令人牙齒受不了，吃來是一口接一口，湯吃光了，肉也挑的差不多，再回鍋加大白菜、粉絲滾滾上桌，那湯仍然誘口，可惜的是偶而魚頭會缺貨，並非想吃就能吃到的。

蟹粉竹筴蛋豆腐

鱈園還有一道菜是非吃不可，我家老娘86歲了，有一回拎1鍋回去，吃完，竟想家中每星期烹它一次，可惜，此乃餐廳菜，非一般人可以動得了手的，乃「蟹粉竹筴蛋豆腐」，主料之一的芙蓉豆腐，要能把豆腐伺候的完完整整不破不碎就是功夫，火要旺、油要多，豆腐煎的外黃內嫩，每一面煎的顏色得均勻，再把洋蔥、蟹肉同炒，炒到蟹油出來，這蟹粉味透了，加高湯細火煮，味美難忘。

蒸青菜

青菜用蒸籠蒸，不加油炒對身體最有益了，營養學家建議，炒好的青菜，在水中過一下再吃，感覺上味會減一些，小蒸籠蒸的熱氣能營造吃的

氣氛，各種菜的配料不同，菜中有佐以小蟹斗的芥菜，或干貝或清爽的只有蔬菜，綠滋滋的，吃的讓人回去也想去買蒸籠，如法蒸青菜來。

喜歡味較重者，一樣樣較清淡的菜，吃著吃著難免要換其他味兒，讓舌蕾另有感覺，椒鹽鮮貝的選擇是錯不了，鮮貝本身沒什麼味，要入口有細致的感覺，入水生燙一下，過一下油，吃它的本味。否則有煊的有點香味，嚼起來還要嘴能動兩下，煊的作法是1種，加上台灣口味喜歡的各種花生，尤其拌的是蒜香，吃來就沒完沒了了。

由於經營者之一是遠洋漁類進口商，深海魚零污染，把各類好魚放在店裡賣，懂得如何烹出味來，產銷合一，讓店中另一特色是菜餚的價碼合理。

鱈魚韭菜水餃

除了各式大小炒菜，以圓鱈魚、白韭菜做內的水餃，吃了不會增加胃



■ 小蟹斗蒸青菜

納的負擔，喜歡海中鮮者，吃麵食，吃的是以魚肉為主的，吃來是趁心如意了。

鱈魚燻成菜，味裡透出湘味，鱈園的師傅，有了江浙菜做根基，好用廣東的砂鍋，做了一些煲菜，再追加其他省份的風味調理，所以，客人能一再去，還不致吃膩，知道門路的，抓住店中的特色，嘴中就每去就有新味了。