

一杯酒，見油亮亮的蠶豆、軟而潤亮的豆芽油麵筋菜，就絕對把食慾給引了出來。發芽豆、八寶辣醬、鹽水蠶豆這些家常菜，在餐廳中拿來當小菜，總是誘惑力十足，尤其麵筋口感非常綿細。

店中提供的小瓶啤酒，是一邊聊天一邊啃蜜汁排骨最適合的飲料，能飲酒者，總是希望下酒的菜能味濃腴些，小飲一番，除了蜜汁排骨，酒釀爆蝦也可湊上一腳，尤其一隻隻丟入嘴，讓舌頭在甜與鮮中遊走，是喜食蝦味者的享受。

上海風味的紅燒下巴

上海風味菜餚的紅燒下巴，即鮭魚的兩片面部就是上海人稱的「下巴」，拿來烹菜得有些時間烹煮才有的一道菜；一般點菜時，想吃紅燒下巴，先點好，讓廚房可以早下鍋，醬料及調料拿捏好，火候又足，這道菜味才能顯出醇厚來，濃油赤醬誘口得很，食者吃時，細挑慢品，魚鮮嫩又肥糯，冬令名菜就屬此味了。

江浙小吃醉蟹

吃江浙菜，少不了一小碟醉蟹，我們此餐食到半飽才想起來，趕快也上醉蟹。蘇州素來以多蟹著稱，若得陽澄大蟹，那醉蟹吃來更過癮；以上好酒讓金爪蟹飲飽，昏昏醉蟹，可令飲者神

情昭昭，愈吃氣愈爽，不妨一試，因許多外地人視其生腥，得張口習慣，才品得出其鮮味。

吃了幾味店中江浙口味菜，其實，若能早早預定，或者選對時令季節；主人的私家拿手菜，才是食家的最終要求；所謂的「一品鳳凰鍋」是需要時間慢慢燉煮，這道湯是此店的得意家傳菜，多幾個人一起品嚐，才不會吃得太撐，在此先建議，否則，人少腹小沒辦法啖下。



■上海風味的紅燒下巴。

由於居住在加拿大期間，店主人本身喜吃，連洋人的「及第鴨排」、「火山羊排」都納入自己的手藝中，其中還融入一點點中國風，是否中另一私房菜餚。

若碰到生蠔季節，店主人的調味醬汁也頗具個人特色，嗜食生蠔者可別錯過了。

在「不搭調」就有許許多多看來全搭不在一起的事兒，就是如此一起演出，別有風味，卻也自然有趣。

著者 / 邱七七 資料提供 / 躍昇文化事業有限公司

洋蔥牛柳



牛 牛肉的吃法很多，紅燒、煮湯和滷都較費時間，只有炒最快了，在時間不夠的時候，來一盤洋蔥牛柳，也是一道大菜。

材料：

腓力牛肉3片／洋蔥半個／蔥2根，醬油、太白粉、胡椒粉、鹽各少許

做法：

所謂牛柳，是指比肉絲粗的條狀切法，逆著腓力的



紋路（即從橫切面切，如此可將纖維切斷，容易嚼碎），將牛肉切成小指大小的條狀，加醬油、太白粉、胡椒粉拌勻。鍋內入較多的油（牛肉比豬肉吃油），牛肉下去爆炒，牛肉一來容易熟，二來牛肉裡面沒有寄生蟲，所以炒牛肉要油多火旺速炒才能保持滑嫩。

炒好盛起，續炒洋蔥及蔥段，略加鹽軟縮以後，牛肉倒下一起兜炒八下、十下即可起鍋。也可以加些紅蘿蔔一起炒，以增加色味。

『邱七七速簡私房菜』讓你在家也可享受道地的名廚美饌

定價新台幣 320 元(另附掛號郵資 60 元)

郵政劃撥 00059300 豐年社