



北科大的「鱈園」因落腳在福利餐廳，經營方式和烹調內容就有了差別；針對年輕的學子，若能在飽肚的一餐中吃到鹹甜各類菜式，並且只有120元，吃過一次，絕對再來；這120元，包括雞豬魚各選一樣的主食外，最誘惑那胃口大的，就是每天像媽媽炒出來的非常可口的菜餚，大廚的手藝，更充滿溫馨的4道菜，讓學生再怎麼吃也不會膩，和一般自助餐一比，自然學生吃在口中，了然於心。

令人倍覺貼心的是「鱈園」會準備視季節而變化的湯品，像有一天，我們才一進大門，就聞到熟悉的雞酒香味，原來那幾天，正巧碰到冷冽的寒流，家家戶戶幾乎難免燒上一鍋熱騰騰香噴噴的麻油雞，暖身之外又補補身體，店中人想到這些學生出門在外，也很體貼的燒上一大鍋，讓學生吃得滿臉通紅，溫溫暖暖上課去，讓初訪的我們感動萬分，也不禁上前舀一小碗嚐起味來。

至於麵食，真的得讓肚子空出來不可，各式各樣的麵點張力十足，鹹鍋餅是從棗泥鍋餅得到的靈感，只因店主人嗜食韭菜，因此也加入鍋餅的行列，多了鹹味的鍋餅。餡的那一層加了韭菜、冬粉，由於餅細緻，薄薄的餅皮配上的餡料也似有



■寬敞吃來舒服。

新菜上桌

■鹹鍋餅。

若無，動起口來，餅香中夾著韭菜香，還能感受到酥味的芝麻香，咬一口，就沒完沒了，盤盤都一掃而光，誇張些連芝麻小粒都清除乾淨。

一般食客碰到餃子上桌，唯恐稍一遲疑，餃子冷了，總會不由快快下箸，速速落肚，於是，味在口中，感覺到餃皮的筋不黏有勁，還有那餡似乎都差不多，見桌上連蘸料都沒，就有些問題啦！這就是此店的風格，請客人慢慢品味，餡中滋味方知曉，這餡是以當季鮮甜的青菜細剝，香菇、豆乾、冬粉滲在餡中，細微到令大口入肚者感受不到店家製作菜餚的心情，吃蒸餡，小口

細品，麵香菜香可是四溢。

蔥油餅是怎麼吃也膩不了口，什麼其他餡料也不用添加，光是蔥就能使蔥油餅受到歡迎；想要變化口味，夾上滷得香腴的牛肉，就是「牛肉大餅」。鱈園想要和人家傳統吃法有些些區別，於是「干煸四季豆蔥油餅」推上檯面，客人又嚐到鮮，這就是中國菜讓人讚嘆變化無窮的奧妙，永遠都無法說出中國菜到底有多少，每天隨著烹調者的巧思，菜餚點心真是千變萬化，難怪永遠也數不出來中國菜的數目來。

眾多點心開了胃，尚得飲些湯才會更有飽足感；店中的砂鍋不少，冬天較熱門



■碰到小菜非吃不可。

的酸菜白肉火鍋是食來痛快又經濟，店中自醃的大白菜，酸鹹適中，比之市場販



■牛刀小試，此為衝菜而非雪里紅。

售的酸白菜，一樣的白菜，味道就是不一樣，許多客人食了，忍不住拜託鱈園賣一

些給他們，回家炒牛肉、炒辣椒下飯吃，知味者真是不少。

著者 / 邱七七 資料提供 / 躍昇文化事業有限公司



獅子頭

獅子頭過去是揚州名菜，外子是江蘇淮安人，與揚州都在長江北岸，他說他們家鄉的獅子頭比揚州的還要好吃。

現在，獅子頭是非常普遍的一道菜，大飯店小餐廳的菜單上都可以看見它的芳名，深得愛吃肉的男士喜愛。家裡的餐桌上有一碗獅子頭，一定可以聽見男主人的讚美。

一些美食家或烹飪專家，非常在意獅子頭的肉，要買回來自己細切粗斬，又說必須用砂鍋慢煨，否則名廚的手藝也難有好成績，使得一般主婦望而生畏，不敢輕易下手。今天我介紹的是非常大眾化的做法，肉就用

買回來的絞肉，鍋就用炒菜鍋，各位試試看，反正我們誰都沒有吃過真正揚州大師傅做的。

材料：

帶肥瘦的豬肉1斤（請肉販絞兩次）／細蔥10來根／黃



芽白菜1棵／雞蛋2個
醬油、鹽各適量

做法：

絞肉裡加鹽、醬油、蔥花、雞蛋，以順時針方向慢慢和（厂、乂己），直到將肉和出很明顯的黏性為止。

獅子頭其實就是肉丸子，既叫獅子頭，個兒就要大一些，一斤肉大約做8個獅子頭，做好一個即放進油鍋裡炸，8個的話要分兩次炸。炸好的獅子頭盛在碗裡，將鍋洗乾淨，入油，倒下黃芽白菜加鹽炒到有一點軟縮了，將8個獅子頭排在黃芽白菜上，再放幾隻長蔥，然後加五、六飯碗水，蓋上鍋蓋小火慢慢煮約40分鐘即成。

『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