

文圖／翁雲霞



鮮肉湯包

湯包的魅力

吃湯包、吃菜飯，花費不多，能見到飲食的技藝，很幸福呢！

「湯包」已經成了台灣飲食中重要的一環，儼然成為觀光客到台北非吃不可的名點，信義路上的「鼎泰豐」是其中佼佼者。江浙菜中的點心

師傅，能製湯包者不少，許多食家也能找到各人心中的最愛，像圓山飯店的「圓苑」即是，小小的湯包，其中學問大有。想吃到下回還想再去的湯包店不少，湯包的魅力如何來，小小認識一下，也能成為吃喝間的話題。

源自江浙

台灣湯包盛行，得歸功山西老板，上海廚師手藝的「鼎泰豐」；既是上海廚師，說明了此味源自江浙。吃湯包，一人獨行，吃不了多少，得多一些同桌，口味多了，能交誼又飽口福，食量小的能嚐鮮，當點心，當正餐，都能滿足口腹之欲。

湯包素來常稱之為上海湯包；早自清末至民初，淮陰的湯包即成了上海小吃之一。有名的南翔饅頭則來自上海的嘉定，還有揚州的灌湯包，都在上海成了名食，隨著上海商業的發展，湯包成了眾口美味。

湯包為什麼稱為「湯包」，以麵皮裹包，肉餡較濕，一般以豬皮熬成凍包在麵皮，上籠蒸熟，餡內含湯汁，皮薄汁多餡香是基本要求，蘸鎮江醋與嫩薑同食能解膩。在南京東路五段的「蘇杭點心小館」賣的蘇杭湯包就是最典型的湯包。

現做現賣

出身上海南翔鎮的南翔饅頭店賣的小籠饅頭也即是小籠包，到老城隍廟，總會看到店前排隊人龍，現做現賣，樓下帶著走的小籠皮麵皮底較厚，汁較少，想邊走邊吃，由於蒸熟不脫底，小心入口就能嚐到鮮味，想吃的舒服，登樓吃蟹肉小籠包、香菇菜包等小點心，樓上成品細緻多了。

「蟹黃湯包」就是蟹粉小籠，江蘇淮安及鎮江的風味食品；一般應市以鮮豬肉皮、豬腿骨熬湯

加入鮮肉餡及蟹油，調味成品。中秋節後，螃蟹盛產，新鮮蟹入餡味最美，我們吃到的是四季都預先冷藏的蟹油，口感上沒那麼鮮甜。

蘇杭點心小館以老母雞熬汁拌餡，味不膩，較之豬皮凝凍自然爽口多，成品的外皮白裡透黃，未食已先有視覺美。由於現點現做，捏的褶痕沒那麼講究，以筷子輕挾，湯包由扁呈長型，那也是能為食者吃時助興。手小心，眼盯著，輕輕滑入接應的湯匙，集中精神吃它，湯包開窗，難免湯汁四濺，好吃好玩，吃的氛圍當如是。

許多客人贊不絕口的「絲瓜湯包」，那就有點需要點功夫，肉餡心有點重量，捏包較容易，絲瓜先要細切成小粒，內含蝦肉增加一點重量，沒什麼重量的絲瓜，才好一起捏成型，與薑絲、香醋入口，清爽之餘，還會以為絕技也！

其他菜款

吃湯包，店中還有其他菜款，我們大都只品湯包，菜不先點它，但吃喝店中的紅棗枸杞茶，似乎還不過癮。

通常，點湯包時就先請廚房煮「醃篤鮮」，這一鍋湯得在小火上慢慢熬煮，這湯頭一次碰到根本不知何物也，其實此湯早就在灶上等著客人，湯要好，烹煮層次得好幾道。

為什麼叫醃篤鮮，醃是鹹肉；篤是上海話，湯在灶上篤篤響，熬煮意思；鮮指的是新出土的春筍。當然，想食此味，沒辦法只食四五月的筍子，台灣筍，一年到頭不缺，家裡也可試做，尤其加了百頁、青江菜，趁熟食，味美的很。

最後，點道「鍋餅」，江浙師傅都會做這一道，皮酥內軟，芝麻、棗泥在嘴中的香甜味，讓人免不了再三伸手，鍋餅煎來顏色要有些焦黃，太焦了，菜相減分，也許心理作用，感覺味道不對，這可能挑剔些吧！

若意猶未盡，再來一碗「菜飯」，上海菜飯把台灣米充分發揮香味，鍋底，薄薄一層鍋粬，如今，想吃已不容易。吃湯包、吃菜飯，花費不多，能見到飲食的技藝，很幸福呢！



鍋餅



醃篤鮮