

飲食的巧思

文圖／翁雲霞

色香味是飲食需求的基本三要，
近些年，又多了形與器，
健康意識提高以後，質與營養的要求更形重要。

我們這些寫飲食的有機會四處尋吃，或被熱情接待，嘴巴被眾味蠱惑。碰到美食，職業性的反射作用，每見食物端上桌，被器物盛裝出的菜餚，其色是最受批評，總不由不先注意到。

記得多年前，在花蓮的飯店，店中祭出的法國菜，其味如何，吃些什麼？早已忘光光，倒是一朵小玫瑰，鮮紅色澤，小巧造型至今記憶猶新，還刻意請師傅示範一番。

原來利用刀工精緻地一刀把番茄細勾出長條，再摺成玫瑰花型，師傅手中展示似乎不難，就像削蘋果皮一樣，熟能生巧，不是常看到周遭朋友削蘋果皮比賽誰的功夫好嗎？

現在，到飯店吃飯，盤上的裝飾物不但要美，還得都能一一下肚，環保概念提升，消費者知道不能浪費食物，盤中餐儘量吃下肚。

像宜蘭的鴨賞，晶華在展示的菜中，片成薄薄狀，再輔以青菜，沖淡鹹味，把本地產物美美地端上桌，食在口中，美味加分。

來自深海的鮭魚，在淡淡的鹽味下，許多拒絕生食者也會下筷。若再化身塑成一朵玫瑰花，那更是讓舉箸者捨不得入口。飲食的巧思，不僅在火候或調味，色之於菜餚的鋪陳，真叫人難以拒絕。

碧潭岸邊的「美麗春天」，由於師傅在日本有



輕烤牛肉

一段時間，
烹製的菜餚無形中受到影響。簡約而悅目，呈現出舒爽的誘人口味來。白瓷盤是最安全的盛器，以綠色葉片襯出牛肉的紅，大塊肉吃怕了的人，此一份量正好兩口的壽司恰恰好，是很聰明的烹調法。

怕客人沒有飽足感，粉紅色的紫蘇麵



魚玫瑰



紫蘇壽司

線，以紫菜裹住，顏色強烈對比，頗受客人喜愛。紫蘇是中西式飲食常用到的香草，具有殺菌作用。曾見專研香草的簡師傅，見朋友皮膚過敏，建議含一片紫蘇可減輕癢癢。

現場摘了一葉，且不論效用如何，真的好處是能當配菜或醃漬梅子、泡菜，這就是飲食中學來的常識，滿好的。

大地給了人類各種食物，味色都各有不同，而我們又將食物的味展現在色上，讓人無論何時，都能幸福滿滿，真要感恩身為人類吧！

■