誰知盤中蚵粒粒皆辛苦．臺灣鮮蚵的酥香雙味

文．圖 武展丞（創意海鮮食譜作家）

做料理這麼多年，我一直覺得廚師不能只在廚房裡看食材。真正到產地走一趟才會知道，同樣叫做「蚵仔」，從哪裡養、怎麼養，到最後吃起來的口感，其實都有差別。臺灣的牡蠣養殖，有些在潮間帶，會受到漲退潮影響；有些靠外海，使牡蠣長時間浸在海水裡。牡蠣是濾食性的貝類，會從海水中攝取浮游生物及有機物作為食物，因此水流、潮汐、餌料、鹽度、季節等條件，都會影響生長與肥滿程度。

以廚師的角度來說，我最在意的是「這顆蚵仔適合怎麼吃」。實際比較不同環境養出來的蚵仔，有些肉質 Q、有彈性，我會希望用能表現原味的料理；有些蚵仔飽滿柔嫩，就很適合拿來煎或炸。當然，牡蠣的口感不是單靠養殖位置決定，這也是為什麼廚師要懂食材，不是哪一種一定比較好，而是什麼樣的食材，適合什麼樣的料理。

我們到市場買蚵仔，有盒裝、袋裝，也有散裝。不管是哪一種，我會先看新鮮度、產地，再看蚵肉是不是完整、飽滿。蚵仔買回家，還需要再檢查一次，人工剝殼難免偶爾會留下很細小的碎殼，所以料理前要仔細挑乾淨，再把水分瀝掉，尤其炸蚵仔，瀝乾非常重要。過去介紹過很多臺灣常見的蚵仔料理，像是蚵仔煎、蚵嗲等等，還有一道非常受歡迎的料理，就是「蚵仔酥」，往往吃一碗鹹粥，可能就配一盤蚵仔酥，或者再炸個蝦仁、豆腐或紅燒肉，就是十分經典的臺式小吃。

這次我們介紹兩種炸法，一種是臺式的蚵仔酥，另外一種則偏日式，也就是裹麵包粉炸。日本人喜歡麵包粉炸出來的口感，和我們臺灣使用地瓜粉的炸法，概念上沒有差太多。臺灣的蚵仔酥做法很簡單，蚵仔瀝乾之後裹上地瓜粉，油溫大約160℃就可以下鍋。一開始用中火慢慢炸，等到油鍋裡的氣泡慢慢變少，再把火稍微開大，利用較高的油溫把表面的油逼出來後馬上起鍋。炸得好的蚵仔酥外酥內嫩，一口咬下去先有地瓜粉的酥香，接著才是蚵仔的鮮味，加一點胡椒鹽就很好吃。

另一道我想介紹的是日式炸牡蠣「**カキフライ**（Kaki Fry）」。如果說臺灣蚵仔酥的特色是地瓜粉，那日式炸牡蠣就是麵包粉。做法就是廚師常說的「過三關」：先沾麵粉、再裹蛋液，最後沾麵包粉。這種做法我會挑比較大顆、完整飽滿的牡蠣，炸出來才漂亮。油溫一樣從160℃開始，讓裡面的牡蠣熟成、外面的麵包粉慢慢變成金黃色，最後再稍微提高油溫，把外皮炸得乾爽。地瓜粉的炸衣比較薄，可以直接吃到蚵仔本身；麵包粉則有明顯的酥脆感，咬下去外面喀滋、裡面柔嫩多汁。日式吃法可以搭配高麗菜絲、番茄，再配塔塔醬。市售塔塔醬如果覺得味道比較單調，我會加一點檸檬汁，再刨一些檸檬皮屑進去，香氣馬上就不一樣。

一顆臺灣蚵仔，從海裡到餐桌並不容易，我們能做的，就是了解它、選對料理方式，把它最好吃的一面做出來，當大家願意多吃一口國產水產品，也是對養殖漁民最直接的支持。





臺式炸蚵仔酥

材料 鮮蚵 150g、九層塔 50g、彩虹蝦片 20g、地瓜粉 150g、沙拉油 500c.c.

調味料 胡椒鹽適量

作法

1 清洗鮮蚵、去除殘餘蚵殼，瀝乾水分，九層塔去梗留葉片，清淨備用。

2 鮮蚵裹上地瓜粉，放入油鍋（溫度160℃）油炸。

3 當氣泡少了轉大火、放入九層塔炸酥起鍋。

4 放入蝦片炸至膨脹起鍋，將胡椒鹽撒在炸牡蠣上，與蝦片一同放入盤中即可。









日式麵包粉炸牡蠣

材料 鮮蚵 150g、高麗菜絲 50g、小黃瓜 1 條、番茄 1 顆、麵包粉 150g、麵粉 50g、蛋 2 顆

調味料 凱薩醬 1 包、檸檬 1 顆

作法

1 鮮蚵洗淨，仔細去除殘留蚵殼並瀝乾水分；高麗菜切絲，小黃瓜、番茄切片備用。

2 將鮮蚵依序均勻裹上麵粉、蛋液、麵包粉，輕壓使麵包粉完整附著。

3 起油鍋至 160℃時放入鮮蚵，炸至表面金黃、氣泡逐漸減少後，轉大火短暫逼出油後撈起瀝油。

4 凱薩醬加入少許檸檬汁及檸檬皮屑拌勻；盤中鋪上高麗菜絲，放上炸牡蠣，搭配小黃瓜、番茄及醬汁即可。







