

# 粗茶淡饭中叹美食

## 第 1 站

### 黄鳝饭

垫肚

上周六,广州的几平没有停过,早上的一场豪雨让不少地方出现了水浸街的现象,但是这样恶劣的环境也没能阻止食神出动。食神广州“搵食”的第一站就是广州番禺新开业的以做黄鳝饭出名的东兴饭店。

据老板岑恒兴介绍;黄鳝饭虽然普通,但是要制作得好,也讲究功夫。首先要选用手指数肥美黄鳝,先去骨起肉,用鳝骨煲出一煲靓汤,然后用这些汤来煲饭;鳝肉则拆成细丝,调味,待饭将熟时,再放入饭面焗熟。掀起锅盖,一股浓郁的鳝香、饭香扑面而来,锅中的米饭金黄透亮,鳝鱼丝也是细小修长,食神猛赞“靓”。

除了黄鳝饭之外,牛脚皮和杜阮凉瓜也大受食神喜欢。牛脚皮其实就是牛脚跟上的肉茧,因为长

年累月的行走而形成,必须经过仔细洗刷。清焖的牛脚皮本身并没有味道,靠的是老板专门从恩平老店调过来芝麻酱、花生酱等“混和酱”来调味,芝麻酱香味浓郁,牛脚皮吃起来爽口弹牙。

杜阮凉瓜是广东新会杜阮镇的特产,与一般凉瓜不同,个大肉厚汁多,不论煎炒焗焗样样皆美味,当地人更偏向于白灼沾白糖吃,原汁原味。入口微苦,然而甘香润喉,令人回味。

虽然美食行程还有几站,韬韬还是在东兴饭店吃了两碗黄鳝饭而且狂扫了一些小菜,因为太好吃了!在东兴饭店吃完黄鳝饭后,韬韬说:“黄鳝饭只是垫垫肚子,等下我们拿烧鹅肚来提提神。”

地址:广州市番禺大石桥头迎宾路口



□本版文/图  
时报记者 吴伟玮

连日的大雨丝毫没能阻挡食神梁文韬寻找美食的热情。上周末,食神一行人冒雨来到广州“搵食”。本报记者也闻风而动,跟着食神去了几家地道的粤菜馆。本以为食神所到之处必然是山珍海味招待,但食神却带我们去吃一些平价菜,虽是粗茶淡饭,不减美食神韵。谈笑间,食神不忘提点后辈:“粗料精做才是当前美食的潮流!”

## 第 2 站

### 烧鹅肚

提神

从东兴饭店出来,我们跟随韬韬来到了位于番禺南国奥园一家叫样样红的风味酒家。酒家用来招待韬韬的那间房正好可以看到南国奥园的高尔夫球场,透过落地玻璃窗,高尔夫球场的美景尽收眼底。韬韬感叹在这样的环境下吃饭简直是一种享受!

据韬韬介绍,这里最出名的就是陈皮烧鹅,它与其它地方的烧鹅不同,是用陈皮做香料来烧的,所以鹅肉里面有一股淡淡的陈皮的香味。说起烧鹅,

韬韬说:“现在的烧鹅时兴重酒重醋轻糖,用重份量的玫瑰露和优质的酸醋来烧制的烧鹅,不但皮脆,而且鹅油已经被充分地烧掉,不会肥腻。”

据说,样样红风味酒家出名的另一大原因,就是选用广东地道的三宝来做菜。所谓的广东三宝就是“陈皮、老姜、禾秆草”。除了陈皮烧鹅这里的禾秆草豉油鸡也深得韬韬赞赏。

地址:广州市番禺南国奥园高尔夫酒店



陈皮烧鹅



豉油鸡



样样红的精致点心



杜阮凉瓜

## 第 3 站

### 功夫鲈鱼

醒胃

从样样红吃完烧鹅后,记者又跟随韬韬辗转回到沿江路东堤广舞台二马路,去了一家名为多利来的美食店。这家店本报之前也曾报道过。

多利来美食店单听名字就知道是一个粤菜馆,只有广东人才会起这种风格的吉利名字。老板是地道的广州人,这家店是他们家的物业,所以才能省去租金,做出价廉物美的地道广州菜。多利来的门面很小,小到你路过它门前绝对想象不到它的生意有多旺。这里几乎天天都

爆满,而且多数是做公司上班一族的生意。多利来的镇店之宝就是他们的汤和功夫鲈鱼。

功夫鲈鱼是多利来上桌率最高的菜,一鱼两吃。它的配汤非常美味,用大地鱼、沙鱼骨、老鸡、猪骨、珍菌等慢火熬成,既有鱼的鲜味又有珍菌的甜味;而鲈鱼经过起肉切片,将鲈鱼头、骨、尾炸成金黄香脆,这一黄一白、一香一鲜搭配,是不可多得的佳肴,而且只卖 32 元绝对是价廉物美。韬韬大赞其“抵食”,“一鱼两吃,

既吃到了鲈鱼的鲜,也吃到了鲈鱼的香;既吃了鱼又饮了汤,真系抵食!”

野生菌王童子鸡汤是多利来最受欢迎的汤水之一。广州人吃饭可以不喝酒,但是绝对不可以没有汤喝。广州的靓汤闻名全国。而多利来的野生菌王童子鸡汤可以说是汤中的极品。它用野生干菌酿在童子鸡的肚子里面,再配以西洋菜、火腿、猪肉炖上六七个小时,是正宗的老火靓汤,味道鲜甜,让你忍不住一碗一碗地喝。地址:东堤广舞台二马路



功夫鲈鱼

**海名阁酒家**

食饭粽有送

端午节(5月31日) 惠顾饭市送应节食品一份  
六一儿童节 食饭小朋友凭此券可获赠汽水一罐

订座电话: 89004873 地址: 海珠区纺织路1号 中海名都花园会所二楼