

當家女廚



曾有人說，烹飪是一種傳遞愛的方法。正如煮飯炒菜人人都會，為何總覺得媽媽做的餐特別好吃？大抵因為食物裡都包含了她對我們的關愛，味道才與別不同，亦是家膳難能可貴之處。人稱「家嫂」的 Macy，是上環麥耳海味店恆興行的策劃人之一，每日工作忙個不休，卻堅持為家人炮製一桌好飯，溫情勝於任何味道，看她如何自若遊走工作與家庭間，做一個稱職的當家女廚。

我想，有一個煮得一手好菜的爸爸或媽媽，應該是件很幸福的事。Macy 的廚藝天份大概是她爸爸遺傳給她的——「我的父親雖然不是專業廚師，但他很懂煮，似乎每樣食材落在他手中也能變成美味，小時候最愛喝他的大豆芽菜滾牛肉，大豆芽跟牛肉都是很普遍的東西，但滾出來的湯就是有種說不去的甜味，那滋味是外頭餐店永遠嚐不到的。」她笑說自己在爸爸耳濡目染下，從小愛烹飪，往時在外國留學讀書，一空閒就會跟室友煮東煮西，是一種生活興趣。倒是嫁人後，因為婆婆不懂入廚，為家人準備膳食的責任於是落在她身上。

「我們家有一個不明文的約定，就是每晚七點半時間飯，逾時不候。」中國傳統就是這樣，一桌飯彷彿是一個家的凝聚地，無論大家各自有多忙碌，長幼老少也會聚首一堂，分享生活裡的喜怒哀樂，正因為這個時刻非常重要，Macy 更是認真看待。「雖然工作很忙，但每天我也會盡量抽時間為家人做飯菜，儘管外邊美味多的是，但丈夫和兒女總是愛吃我煮的，無味精的料理還有體貼他們口味的，只有我才做到。」

恆興行

地址：香港上環東陸街19號
電話：2548 0153

了解每位家庭成員口味

還以為她家裡開參茸海味店，一定吃得奢華，事實卻恰恰相反，當然地製翅參翅肚絕對難不了「家嫂」，但反璞歸真用平凡材料煮出美味，才見真章。Macy說小女兒最愛吃肉鮮，梅菜魚翅吃來香口，不過小朋友不喜歡那種味道，改配冬菇羊腩的話，每次例必吃得津津有味。她選對烹調羊腩很有研究，最喜歡用紹西蘭的乳羊，真它肉質夠細緻嫩滑。我跟Macy說抗拒羊肉那陣強烈膻氣，她指出羊腩都來自脂肪，我們烹調前只要去掉表面那層油

脂膜便可以。調味也極之簡單，撒一些黑胡椒、海鹽和迷迭香末，即可放焗爐進行低溫慢烤。想做得好些，入爐前不妨將羊腩先作煎封，鎖住肉汁。

成功非必然，對Macy來說下廚是經驗的點滴累積，cookbook當然有它的存在價值，只不過味道與火候又豈是單用文字可以教授？做出美味成就感是次要，能夠天天為家人送上一頓溫馨晚餐才是她的理想！



Macy對烹調羊腩很有心得。

想隨時隨地找尋各種中外美食、特色餐廳？

你可以選用 Garmin-Asus M10。M10內建港澳及廣東地圖，不論是中式西式，形形色式的餐廳資料，M10地圖上面都應有盡有。再加上M10內置OpenRice應用程式，你可以隨時睇到最update的餐廳資訊，仲可以留意不同的餐廳有多少好評劣評。對「識飲識食」的朋友，M10絕對岩你心水。

網頁: garminasus.com.hk

查詢電話: 3582 4738

garmin  asus

