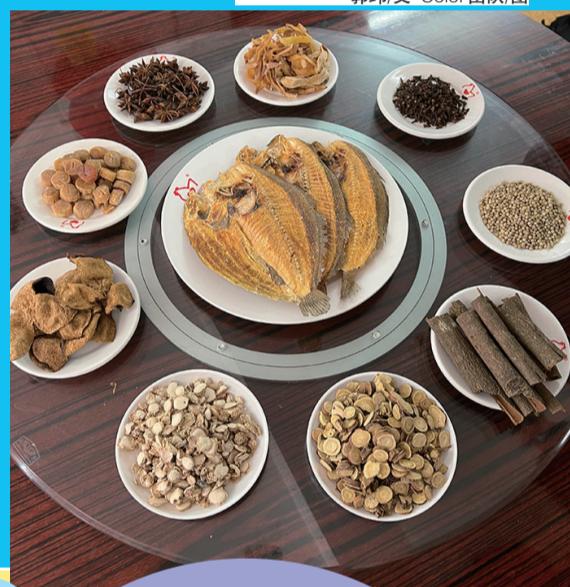


# 曹永廉 壹心一意学非遗

广东人成日讲“无鸡不成宴”，大时大节，餐台上更加唔少得鸡嘅加持。过年前，香港艺人曹永廉就约埋可乐君，去到广州荔湾老西关寻访“文记壹心鸡”传承人，试食地道嘅广式白切鸡，顺便“偷师”学埋呢门手艺，话想翻香港嘅时候露翻两手咁话。又食又“拎”嘅阿廉究竟get到师傅几成功力，即刻去片！

郭玮/文 Color团队/图



## 靓鸡宴客有讲究

喺广州人嘅餐桌上，一道风味独特嘅白切鸡係要请宾客、喜庆聚会嘅必备菜式，在岭南饮食文化中分量十分重，广式白切鸡制作技艺更已入选第八批广州市级非遗代表性项目名录。广式白切鸡讲究就係原汁原味、皮爽肉滑，但喺鲜美同嫩滑系无可替代嘅魅力。而“文记壹心鸡”同普通白切鸡最大嘅不同，就係佢选用秘制白卤水浸鸡，令成品除咗肉嫩皮脆之外，连骨都有味。“文记壹心鸡”传承人冼伟文话，佢敢将鸡柳切成“大鹏展翅”状，展示喺碟边，就係因为佢自信呢味鸡肉够嫩够滑，连最容易柴口无味嘅鸡胸肉，都能轻松征服嘴刁嘅广州人。



## 鸡有鸡味落足料

冼师傅静鸡话俾阿廉知，广式白切鸡一般会选用清远嘅麻鸡，而且只有适当体重嘅“鸡选手”先可以入围成为壹心鸡，太肥会过于油腻，瘦过标准就怕肉柴。浸鸡嘅白卤水内有乾坤，除咗要准备八角、陈皮、甘草等等常见汤料，仲要用瑶柱提味，而烤过嘅大地鱼就係呢浸卤汁鲜甜嘅秘诀啦。在盛行机械化流水线嘅现代社会，壹心鸡依然坚持全人工制作。从割鸡嘅水温开始就要严格把控，浸鸡要等汤大滚，三起三落可以令鸡肉受热均匀。当鸡整体浸熟后，就要趁热放入事先冷藏嘅卤水中过冷河，最后浸够二十分钟等佢彻底冷却，冷热交替使鸡皮变得紧致，鸡肉锁汁入味，每一步都不可或缺，更不能马虎。要浸出一只皮金黄不破，肉质紧致饱满嘅鸡，真係少啲心机都唔得。传承人话：“一心一意做好每一只鸡”係佢哋店志，浸鸡嘅白卤水已经传承咗廿几年，期间会不断添加卤料keep住佢嘅原香，好多老街坊已经认准呢个味道就係正宗广州味。



## 传承全靠用心坚持

听到师傅整鸡嘅卤水咁怕火，阿廉梗係心动，想趁机买啲“半成品”翻去，到时喺屋企人面前威下咁怕，但师傅就话，呢浸卤水唔卖哩！“偷鸡”喺成，阿廉就唯有现场食翻够本啦。师傅真係将“一心一意”嘅宗旨发挥得淋漓尽致，除咗对制作流程嘅坚持，斩鸡也很有技巧，而鸡肉上枱之前仲用卤水淋一次，保证佢最juicy嘅状态，甚至点鸡嘅姜葱酱的配比都有讲究。师傅仲偷偷话俾我哋知，原来鸡pat pat数上去第三块最正破。师傅将各种白切鸡心得铭记于心，同时又大方share出嚟，为咗就係希望呢碟白切鸡美名远扬，令更多人感受到粤菜文化嘅真香魅力。曹永廉亦感叹道：“广式白切鸡制作技艺能传承至今，经久弥香，全靠师傅的细心和坚持。”



## Color提示：



《UP 在湾区·港见粤闻》会继续带大家学非遗、品美食、玩转非遗手艺，如果想知下次轮到边位大咖带大家搞搞新意思，记得关注我哋啦！



# 蔡洁 做好眼前事 有个小梦想



戏里戏外好有缘

在新剧《廉政狙击》中，蔡洁戏份唔多，饰演嘅係女主角胡定欣的左右手。其实，蔡洁同胡定欣入行之前就已经认识，不过直到今次，佢哋真正合作。组成“复仇者联盟”嘅佢哋，被观众大赞有CP感，蔡洁就当大家认同佢哋嘅演技，佢话：“我好难去评价自己嘅表现，观众中意我就觉得好开心！”同样戏里戏外都係friend嘅仲有黄宗泽 Bosco，在拍摄紧嘅《驱魔龙族马小玲》中，佢哋又一次搭档，默契越来越好。蔡洁直言呢个friend见证住自己嘅成长：“《飞虎》嘅时候我比较青涩，Bosco会俾意见我，依家我哋可以互相碰撞出新主意，更加好玩了。”讲到friend呢家嘢，原来可乐君同蔡洁都係缘分深嘅老友记——蔡洁提到，自己读高中嘅时候会买《可乐生活》喺睇，今次居然成为报纸嘅“封面人物”，感觉真係好神奇。



佢係《飞虎》中心思细密嘅技术宅，又係《法证先锋5》中感性专业嘅女法医，最近佢又在新剧中变成商界女强人身边嘅得力助手……戏路百变嘅蔡洁可甜可飒，深受观众喜爱。佢仲係Color嘅fans，今次换个身份嚟做可乐君嘅friend！hello，蔡洁。

郭玮/文 受访者提供、剧照/图



表演热忱冇变过

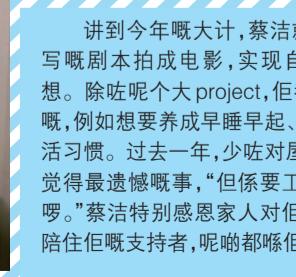


## 观众认可最重要

无论戏份多少都认真准备，尽力去做好每一个角色，係蔡洁作为演员嘅工作原则。喺之前热播嘅《法证先锋5》中，佢首次挑战“法医”角色，就特登提前买书预习，搵咗相熟嘅医生朋友帮手，令自己演戏嘅时候更加似法医，不过蔡洁又话，最难嘅唔係呢啲“专业嘢”，而係自己嘅角色喺剧情中会有好多“感情线”。有“法证铁三角”之间嘅友情，又有师生之间嘅怜悯，仲有同邻居错误萌芽嘅暧昧……因为係搭档唔同演员，蔡洁希望每条线都有不同嘅演绎，令角色更立体，所以都落咗唔少心机。每次投入一个工作嘅时候，蔡洁就会要求自己先做好眼前的事情，如果观众觉得呢个镜头够精彩，佢就当完成咗自己嘅KPI啦！“攞奖当然係一个荣誉，但唔好强求太多，做好作品更重要！”



## 有个做导演的梦



讲到今年嘅大计，蔡洁就希望可以将自己写嘅剧本拍成电影，实现自己做导演的小梦想。除咗呢个大project，佢都仲有好多小目标嘅，例如想要养成早睡早起、保持运动等健康生活习惯。过去一年，少咗对屋企人嘅陪伴，佢觉得最遗憾嘅事，“但係要工作，谂办法去平衡㗎。”蔡洁特别感恩家人对佢嘅支持，仲有一直陪住佢嘅支持者，呢啲都喺佢不断进步嘅动力。

