

国庆黄金周去哪吃？ 星级“东南亚大餐”等你来！

文/图 羊城晚报记者 王敏 实习生 赵晓玲

B 地道泰菜：浓味咖喱最开胃

天气一热，最想吃的就是酸辣提神的泰国菜。即日起至10月的黄金周，广州保利洲际酒店在月色西餐厅推出了泰国美食节，主打香气四溢的咖喱菜式。

一进餐厅，就能看见用餐区由热带水果组成的水果塔，现做区域的新鲜香茅与芭蕉叶，曼谷水上集市热闹情景就在眼前。烧烤区的小吃台上整齐码着一排外皮金黄酥脆的炸物，搭配经典泰式甜辣酱；旁边铁板上吱吱作响煎着沙爹肉串和鱿鱼；不远处的八个泰式热菜各具特色，都值得品尝。

星级名厨的美食哲学

俗话说，一千个人心中就有一千个哈姆雷特。同样，在每一个大厨心中，都有一套为之坚持的美食哲学。作为一名经验丰富的厨师，客座泰籍主厨金丽对美食的理念也别具一格。

金丽主厨认为泰国料理的精髓就是对味道的平衡和融合。青柠的酸，指天椒的辣，椰糖的甜还有鱼露的咸，每个调料单独列味道都非常饱满。在泰国厨师的巧手之下，这些个性突出的调料能和谐相处并能相得益彰。而达到这种平衡的唯一方式，便是使用当季的新鲜食材和原料。

以青木瓜沙拉为例，多数人并不习惯吃生食，有些泰餐厅通过预制豆来提高国人接受度。金丽坚决不允许此类事件发生，因为这一改变完全背离了泰国当地的饮食习惯。这种跟随她多年严谨工作的习惯已毫不保留地分享给月色西餐厅的厨师们。

说起泰国美食首先想到的一定是香气四溢的咖喱。当问到咖喱调配秘诀，主厨直率地说：泰国厨师做咖喱所用的香料都相似，椰糖和椰浆的比例是点睛之笔，带出咖喱味道的立体感。因此咖喱也代表主厨的个性和态度。泰国美食节期间，汤品和咖喱系列菜品均由主厨亲自把关，食客们或许能品出金丽干练爽朗的个性。

肠粉界的新秀，值得大快朵颐

当广式肠粉和潮汕肠粉在

因为“谁才是肠粉之王”而打起来时，泰式肠粉以新秀之角逐渐走进大众的视野。美食节里，绿色艾叶上粉糯的小团子，瞬间激发人的食欲。

泰式肠粉晶莹剔透，初入口时，金黄色的炸蒜末和油的香甜攀上舌尖；一口咬下去，是薄皮包裹的猪肉碎和香脆的萝卜干与花生碎，回味甘，余韵悠长。

金边粉，异域味十足

曾有人断言“不吃金边粉，等于白来泰国”。刚出锅的泰式金边粉带着爆炒的锅气，搭配着猪颈肉、韭菜、鸡蛋、豆干和秘制酱汁炒制，看起来普普通通的食材，却异域味十足。金边粉有嚼劲，配合带有椰汁的酱料烧制，入口略带甜味，挤点泰国小青柠汁，只香不腻。

茶叶与炼乳，是神仙伴侣

泰式拉茶的主要成分是茶叶和炼乳；茶有红绿之分，都是经过深度烘焙而成的。拉茶的精髓在于“拉”，意在去掉茶叶的苦涩，只留香浓和顺滑。

拉茶时，把奶茶重复交互从高处倒到另一容器中，水流细长看上去就像是两端在“拉”茶一样。熟练的泡茶者会在倒奶茶时，身体也随着变换角度，挑战杂技般的难度。拉茶顶端有层泡沫，因混合了空气和充分溶解了奶和茶，喝时感觉特别滑顺。

A 家乡滋味：新加坡大厨的肉骨茶

对于新加坡人来说，一碗肉骨茶就是他们最为怀念的家乡滋味。而对于新加坡大厨杨慧萍来说，肉骨茶简直就是她梦牵魂绕的味道，为此，她把这款家乡风味作为了广州富力君悦大酒店凯菲厅“东南亚美食飨宴”的主打菜，把它和南洋风味菜一起变成了美食节的两大主题。

一碗肉骨茶，藏有药香

东南亚的肉骨茶可以分成四类，一种是加入猪皮熬制的浓稠版肉骨茶，肉味浓，略油腻，猪肉是搭配黑胡椒和蒜米来食用的。第二种是福建肉骨茶，药材气息明显，蘸猪肉的时候加入生油和蜜糖。还有一种则是偏甘甜的肉骨茶，里面加入了分量较多的甘草，还会放入甘蔗，以强调清甜。最后一种是黑椒肉骨茶，煲制到最后会加入黑椒，喝的人一边喝一边冒汗，搭配吃的是鱼片和鸡肉，据说排毒力特强。

而杨师傅所制作的肉骨茶，比较偏重于传统药香的版本。她制作的肉骨茶，选用的是新鲜带有骨髓的猪筒骨，只有这种筒骨才能煲出甜味。别以为药材、香料一股脑儿地放进去，它们是有先后顺序的，这个就是师傅的不传之秘了。待猪筒骨慢火煲制数小时以上，酥化到可以用牙直接咬下一块的程度，它就算完工了。

黑胡椒蟹，是新加坡香辣的味觉符号

地处热带地区的新加坡，海产丰盛，早期人们为除湿去瘴气，所烹饪的海鲜食物多以辛辣为主，黑胡椒蟹由此而来。作为新加坡香辣的味觉符号，



杨慧萍

虽然时序已经进入秋天，但广州依旧是秋老虎肆虐，叫人胃口难开。不过潮人们自有一套应付办法，就是去吃东南亚菜，用刺激酸辣的滋味来唤醒萎靡不振的味蕾。近日，城中的数家星级酒店打破时空阻隔，为饕餮献上一场东南亚美食飨宴，今天我们让味蕾先游走一趟东南亚吧。

黑胡椒蟹最考究食材的新鲜度以及大厨对火候的掌控力。大厨将新鲜的青蟹洗净斩件后，稍微油炸，将蟹汁悉数封锁在蟹肉内，并加入黑胡椒炒香，这样才能使黑胡椒香气尽数被蟹肉吸入，蟹肉还能保持细嫩状态。

摩摩喳喳，靠椰浆撑起

摩摩喳喳源于马来语的音译，有“丰富缤纷”的意思。带有南洋风味的甜品小吃摩摩喳喳，甜而不腻，像我们平常吃的杂果西米露，因此，摩摩喳喳的主材也少不了西米。

这款甜品美味的关键是椰浆；至于其他食材，如番薯、芋头等，则可以根据个人喜好添加。将煮熟的食材淋上醇香浓厚的椰奶后，搅匀后即可食用，口感绵密，香滑润口。



肉骨茶



叻沙



金丽



椰糖和椰浆是泰国咖喱菜的点睛之笔



酸辣提神的泰国菜

阿四蟹行

微信在线客服

金秋美味 大闸蟹

膏满黄肥 不容错过的黄金吃蟹季

188

元/6只 3公3母

大闸蟹为“蟹中极品”，金黄流油的蟹黄，细如白玉的脂膏，鲜嫩飘香的蟹肉，色、香、味妙不可言，只消一口，回味无穷……

网上订购：扫一扫右下角二维码，进入淘宝店洽客服改价，立享特惠，支付成功后即可凭手机号到店提货，省内邮需邮费20元
电话订购：13928725180, 87133361
提货地址：广州市越秀区法政路65号（小北路路口）阿四蟹行大闸蟹店，公交到正骨医院下

打开淘宝扫一扫，进入“羊咩咩杂货铺子”购买立享优惠

梭子蟹“上岸”了 老饕们动手吧!

文/图 羊城晚报记者 王敏

秋高气爽之时，除了是大闸蟹的黄金时期外，也是浙江人最爱的梭子蟹上市的时候。当地人对于它的热情，丝毫不亚于大闸蟹。一到它上市的时候，就早早去市场搜罗，萝卜煮、排骨蒸、酒醉……花样比大闸蟹还要多！

梭子蟹：“色味香三者之极”

随着东海休渔期全面解禁开捕，舟山国际水产城的各个码头前来投售的渔船络绎不绝，带来了满仓的梭子蟹。各大电商平台、物流企业也铆足了劲，力争在最短时间内将梭子蟹运到全国各地。

梭子蟹，有些地方称为“白蟹”，因头胸甲呈梭子形，故名梭子。梭子蟹盛产于我国渤海、黄海、东海等海域，一年分春秋两个渔汛，但蟹肉最肥的时间为每年的8月到11月。清代李贽言其“蟹鲜而肥，甘而腻，白似玉而贵似金，已造色香味三者之极，更无一物可及。”梭子蟹味道清新且回味悠长，甜度比大闸蟹要略高。它们的个头一般在半斤左右，大的可以去到1斤。其中雌蟹能碰上红膏满盖的，会尤其鲜美。

快跟浙江人学吃梭子蟹

时下的梭子蟹，不管用何种烹饪方式都能随随便便征服每一个挑剔的味蕾，但是要说最温暖的做法还是非番茄梭子蟹莫属：精选鲜多汁的小番茄，搭上手感滑嫩的豆腐，“笃笃笃”地滚上一小会儿，再撞入梭子蟹的鲜美，这道菜在老杭州人心里地位绝对是泰斗级的。

将梭子蟹腌制成呛蟹，那是许多宁波人的最爱。办个酒席，呛蟹是必上的一盘冷菜。用冷开水加适量的盐及少许姜片、白酒等调成盐卤呛制，一般过了一天一夜即可食用。蘸醋食，咸中带鲜，是“老宁波”最佳的下饭之菜。

福建人吃蟹的方式五花八门

在福建一带，人们会用梭子蟹来直接生腌。和潮汕的生腌不同，福建一带的生腌是将新鲜梭子蟹投入盐卤中浸泡，俗称“新风呛蟹”。

要做生腌的蟹必须生猛。“海珍坊”的大厨表示，做醉蟹，选蟹壳纹理清晰、有光泽的梭子蟹。打开蟹壳一看，蟹黄凝固不流动，而蟹足和躯体连接紧密，提起来时，蟹足不会松地下垂，这样的梭子蟹才是新鲜货。

若是生吃蟹，怕肚子会受不了，也可以选择家烧，这同样是福建的家常做法。把蟹在锅里略煎香后，加入鸡汤，用小火煨煮收汁，入口肉嫩汁香，佐饭最适合。

粤式做法也撩人

近几年，梭子蟹在广州的星级酒店也频频现身。粤海喜来登酒店的采悦轩中餐厅，就以粤菜独有的“啫啫”烹调手法炮制了一道“生啫梭子蟹煲”。

梭子蟹用的是东海的渔获，个头大、膏多，锁制之前要先裹一层薄薄的生粉以锁住肉汁。为了突出梭子蟹本身的鲜美，配料只用最简单的姜、蒜和干葱头，将其爆香后即把梭子蟹放入瓦煲内，用猛火干逼。上桌时，瓦煲内的汤汁仍然在不断蒸发而发出“滋滋”声，而薄肉嫩的梭子蟹早已吸饱了汤汁的精华，干身惹味。

康莱德酒店“尝市自助餐”也推出了多种梭子蟹做法给各路饕餮选择。梭子蟹，讲究原汁原味，简单清蒸即可；重口味的可以试试“避风塘”做法，而最有“锅气”的莫过于姜葱炒。

业界报料 大闸蟹季又来到，如何挑蟹有门道

秋风起，蟹脚痒，今年的大闸蟹季正式拉开了序幕，等了一年，吃货们终于可以解馋了！根据市场情况，今年的大闸蟹价格平稳，浮动不大，各大电商平台也都有售卖。不过要想在广州吃到好蟹，别忘了“老字号”的口碑好店阿四蟹行，能到店现挑现选鲜活大闸蟹，是最令人放心的了。

据阿四蟹行负责人介绍，今年的大闸蟹生态长势很好，个头也比较大。如何挑选好蟹呢？来听听行家教路。首先看外表，“青背、白肚、金爪、黄毛”才是正宗大闸蟹，体表干净、蟹身无泥，可以看出蟹的生长环境优秀，水质清澈，挑选的时候还可以注意蟹脐部位，蟹壳后端与蟹脐之间缝隙越大，证明蟹越肥厚，蟹黄和蟹膏越满。

再来，要看蟹的行动能力，阿四蟹行的蟹捞出后爬行迅速、行动灵活，代表蟹的身体强健；接着，可以拎在手里试试重量，同样大小的蟹，有分量、有下沉感的蟹质量更佳；最后，可以闻闻蟹的味道，活蟹自带一股“腥味”，但却不是难闻的泥腥味，而是新鲜活蟹自身的腥香气。

阿四蟹行是主营大闸蟹超过15年的品牌老店，在全国十多个城市拥有直营店。今年的大闸蟹已新鲜到货，到店就可以自行挑选和购买，眼见为实，看得见的鲜美更令人放心，食过的老客年年回购。为了回馈新老顾客，现在打开淘宝扫码进入“羊咩咩杂货铺子”订购，可以享受188元/6只（3公3母）特惠价（联系客服改价），下单后即可到店自提。

提货地址：广州市越秀区法政路65号阿四蟹行（小北路路口）
提货时间：周一到周日早9点到晚9点（节假日无休）

图/王敏