

食得夠俊

港式Burger夏日滋味

夏天一到，午飯時的選擇愈來愈少。食茶餐廳怕肥，食粥怕熱，食麵食得多又怕悶，於是跟同事們吃得最多的是越南撈檬。冷檬粉加上酸辣魚露汁，開胃又消暑。連續吃了兩天，又開始悶，於是大夥兒決定來點新意，選擇以Burger來作為炎夏的輕膳。

香港Burger的老祖宗M記我可不夠膽吃，有機構做過實驗，發現那些飽類和薯條放上五個星期都不會發霉，天知道放了甚麼在食材中。

Burger K主力吃牛肉，戒牛多年的我可以選擇的少之又少。同事Sandy表示街口新近轉手的Toppings走美國路線，以即叫即做的鮮製Burger為賣點，不如齊齊試它一試。

只有十多個座位的小店面走美式風格，十足奇連伊士活片中的牛仔酒吧，深啡主調加原木素材在炎熱夏日中彷彿走錯時空，頗有悠閒風情。

我們一行三人，一個要費城芝士牛肉漢堡包餐(跟薯條)，一個要芝士辣肉醬熱狗餐(跟薯格)，而我就挑了坊間較

罕見的醃鴨胸漢堡。

牛肉漢堡夾有一片半融的芝士，加上肉汁豐盈的即煎漢堡扒，算是水準之作；辣肉醬熱狗，以重手的辣肉醬令整個麵包味覺豐富，加上那條香噴噴的大肉腸，發育中的大男孩都覺得份量十足；而我的醃鴨胸漢堡，則以原塊鴨胸煙薰後煎香而成，夾在麵包中每一口都肉汁四溢，相當開胃。

餐廳叫Toppings原因是這裏所有的配料都可任意自加，粟米、番茄、生菜、洋蔥、蘑菇……任你加到上天，貪心的同事加到個熱狗面目全非，並自鳴得意謂之：「多？菜蔬多？健康。」較為美中不足的是薯格，炸的溫度控制不佳，既油膩又不香脆，令人希望。五十多元一個餐，若強要與五星酒店千多元的和牛漢堡作比較實有欠公允，但作為平日午飯的選擇已相當不錯。



裝身後的熱狗七彩斑斕，簡直唔認得之前的真身係點樣。

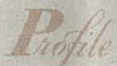
Toppings

地址：北角炮台山宏安道18號
威德閣14號舖
電話：2887 0832



撰文：湯俊

曾任雜誌報章副刊記者十多年，練得一身吃喝玩樂的好功夫，未學懂賺錢卻學曉精明消費的藝術，尤其對食有高一點要求。
電郵：tongdebby@creativemediahk.com
網址：www.creativemediahk.com



新滋味

德國寶帶出生機飲食生機



日前德國寶邀請了風靡中、港、台的暢銷書《不一樣的自然養生法》作者吳永志博士來港，於荃

灣悅來酒店主講「不一樣的自然養生法」健康講座，公開其獨家蔬果汁及生機飲食祕方，分享防癌、防三高之竅門；席間德國寶更展示嶄新的「專業高速健康食品處理器PRO-6」——至「營」纖纖機，並即場進行示範及試飲，當日出席人數非常踴躍約有一千人，反應非常熱烈。德國寶董事長

陳國民示範該食品處理器時表示，德國寶以吳博士養生理念度身訂造之至「營」纖纖機，備有一按式自然養生「蔬果鍵」，貫徹吳博士生機蔬果汁的攪打祕訣：「以極高轉速摩打製成的蔬果汁，將食材打成細小微粒，釋放出防病治病的植物生化素，更容易被人體的細胞吸收進去。」

自煮教室

南乳藕片炒肉筋

南乳，又稱紅腐乳，是用紅曲發酵而成的豆腐乳。外呈棗紅色，裏面則是杏黃色，吃時味帶脂香及酒香，而且有點甜味。南乳在粵菜中為最常見，可以用來燒製肉類或南乳燜五花肉，又可以炮製南乳花生佐酒小菜，世界盃期間把酒狂歡又點少得呢？

材料：
蓮藕
豬肉筋
南乳
青紅椒
蔥

調味料：
鹽、糖、米酒、生粉、湯皇、老抽



烹調方法：

1. 將肉筋切條後，以鹽、糖、生粉、米酒及水醃
2. 用6至7成滾油將肉筋拉油後倒起備用
3. 蓮藕切片，青紅椒切件，蒜頭切片，蔥切段，南乳壓爛
4. 用米酒將以上材料炒香後，加入少許水，然後倒入肉筋，再加少許湯皇、糖、老抽略炒
5. 之後蓋上鑊蓋約2-3分鐘後再炒勻即成



Profile

高師傅，全名高榮新，懷舊菜掌門人，曾主持有線電視娛樂台的《肥媽私房菜》、《高師傅美食俠客行》，現正為新一輯《嚙·回味》主持，介紹澳門美食，為觀眾呈獻各種特色懷舊美食的烹調方法，包保大家食指大動。

《嚙·回味》

播映：逢星期六
晚上10時
頻道：有線娛樂台