

奶茶菠蘿油 原味 香味 人情味

踏入褐色地磚的餐室，半彎腰鑽進卡位，看過玻璃枱面下的餐單，叫了熱奶茶、沙嗲牛麵及蛋治……即使名字由「冰室」變成「茶餐廳」，而我們由邊吃邊看「金庸」到邊吃邊篤手機，讓人快樂的古早茶室打疊時光，始終未變，因為這裡有獨特的語言、味道及氛圍。

從冰室到茶餐廳，印證了香港大半個世紀的社會變遷，承載具本地特色的飲食文化。英國殖民地時代，西餐廳傳入香港，惟因價格昂貴，一般市民消費不起，仿高級西式餐室的冰室於是應運而生。

冰室流行於上世紀五六十年代，因主要售賣冷飲、雪糕及沙冰等冷凍食品而得名。事實上冰室也提供奶茶、咖啡、好立克等熱飲，配以三文治、多士等輕食，部分更自設工場，自家製作菠蘿包、蛋撻、紙包蛋糕等。隨著社會及經濟發展，只提供有限餐點的冰室，大部分現已轉型，提供更多元化的選擇。

茶餐廳一直求變，引入中式粥粉麵飯、小炒、燒味，近年亦順應潮流大玩crossover，例如加入紫薯、綠茶、芝士拉絲等日、韓、東南亞美食，讓客人隨意配搭；不少餐室更購置大電視播球賽及世界級體育賽事，部分則延長服務時間至凌晨時份，希望包辦你一日五餐。

港式絲襪奶茶是茶餐廳最具代表性的食品之一，師傅的沖調技藝及茶奶比例是關鍵，每家再以不同茶葉拼配（一般混合三種或以上），茶味濃郁、厚潤香滑，層次感豐富，每日滋養了無數「靈魂」。

茶室有自己的「語言」，侍應口中的「靚仔」是白飯、「靚女」是白粥、「細蓉」是雲吞麵……人情味也濃，餐廳飼養的貓狗，可能就是吸引你光顧的主因。目前碩果僅存的懷舊冰室，部分仍保留五、六十年代的風貌，古雅樸實，成為不少電影的取景場地，難怪有團體提倡向聯合國教科文組織，申報「港式茶餐廳文化」為「人類非物質文化遺產」。

讓身體沉入卡座，吃件西多、呷杯鴛鴦，「充電」完成。

菠蘿油最好趁熱品嘗



部分舊式茶餐廳會自家製作蛋撻



大多茶餐廳已淘汰「奶水蛋」



蝦多士是懷舊冰室美食之一



中式碟頭飯是午市大熱之選



港式絲襪奶茶講求茶奶比例

永勝炒飯



材料（1人份量）

帶子	20克	菜甫粒	5克
大蝦	40克（2隻）	蔥花	2克
叉燒粒	50克	菜芯粒	10克
蟹籽	1克	美極鮮醬油	適量
蛋	1隻	鹽	適量
白飯	350克		

步驟

- 1 先將帶子、大蝦及菜芯粒氽水備用。
- 2 用蛋起鑊及下白飯炒勻，加入叉燒粒、帶子及大蝦炒3分鐘。
- 3 下菜甫粒、菜芯粒及蔥花一起炒勻及調味。最後在飯面放上蟹籽即成。

貼士

蛋在半熟時下飯，可使蛋液包裹飯粒及企身；將帶子及大蝦氽水至半熟，避免泡油令海鮮變硬及乾身。



*資料來源：跑馬地「永勝冰室」