

大「醬」之風



中式料理變化無窮，其中醬料扮演著靈魂角色，無論是蒸、煮、炒、醃、拌、滷、烤、蘸，通通無「醬」不歡；配搭得宜，更能大幅提升色香味，成就一道道經典菜式。

中式醬料的主要成分包括：醬油、糖、鹽、醋、麻油、辛香料等，每一種以不同的分量及比重混合，產生了風味迥異的變化，酸甜苦辣鹹……幻化成千百種可能，菜餚味道層次更豐富，牽動人心。

巧妙搭配食材及運用醬料，是製造美味的關鍵。有「川菜靈魂」之稱的豆瓣醬，以蠶豆或黃豆作原料，經發酵而成，配合麻油、辣椒等調味，鹹中帶辣，用來炒肉或炒菜均合宜，名菜如回鍋肉、螞蟻上樹都加入豆瓣醬炮製，很能下飯。

粵菜方面，常用醬料之一的柱侯醬，採用麵豉醬、蒜頭、薑、陳皮等製成，豉味香濃、醇厚鮮甜，適用於炆煮肉類，如柱侯牛腩、羊腩煲等。酸甜醒胃的酸梅醬，則可蘸點燒鵝、乳豬及脆炸食物，能中和油膩感，也可用來蒸魚、蒸肉，增香提鮮。

要數香港具代表性的醬料，一定包括XO醬。它在上世紀80年代的香港高級酒家出現，自90年代起普及；其材料包括瑤柱、金華火腿、蝦米等，據說由於用料矜貴，儼如白蘭地中最高身價的XO一樣高級，因而得名。

XO醬的味道鹹鮮香辣，可作蘸醬、炒海鮮、炒飯、拌麵，也可直接當配菜。雖然製法不是秘密，然而各品牌及廚師均有自家研製的秘方，且愛以自製的XO醬入饌，風味絕對「只此一家」。

蝦醬是本地另一醬料名物，將小蝦用鹽醃製至發酵而成，質感黏稠，味道濃郁、甘香極鹹，適合用來蘸點海鮮、炒菜、炒飯、炸雞等，令人齒頰留香。

熱騰騰的腸粉，使芝麻醬的香氣發揮得淋漓盡致。



海鮮青瓜海參沙律配以由辣椒乾、麻油、醋等調成的醬汁，香辣爽口。



採用蜜糖和冰糖醃製的蜜梅京燒骨，甜中帶酸。



加入南乳及柱侯醬炆煮的羊腩煲，香氣逼人。



鮑魚用高湯炆至軟腩後以XO醬炒香，鮮香惹味。



醬料能令菜餚味道層次更豐富

臘味醬



材料

臘腸粒	1斤	蒜茸	4兩
臘腸粒	1斤	辣椒粉	0.5兩
火腿粒	2兩	鹽	1兩
陳皮茸	2兩	糖	1.5兩
乾葱茸	8兩	油	2斤

步驟

- 1 將蒜茸及乾葱茸用油爆香至金黃色，再把臘腸粒、臘腸粒、火腿粒用慢火煮沸；熄火。
- 2 把陳皮茸、鹽、糖、辣椒粉放在醬中攪拌均勻即可。

食用貼士

- 可用作炒菜、炒海鮮
- 可直接拌麵、拌飯



資料提供：香港賽馬會跑馬地會所主廚（嘉樂樓）林逢源