

风情“金泰园” 香烹新菜来

文 / 阿丁 垂馨



■ 南瓜鸭蛋布丁

地处吴中路 1050 号(莲花路口)的盛世莲花广场底层的“金泰园”，是一家小有名气的正宗泰国菜馆。就餐期间，伴随着亲切的问候、悠扬的舞乐和欢快的歌声，好一番异国风光。

最近，“金泰园”泰籍大厨阿顿和阿耀又新推出数十款新口味。浏览精美的菜单，精彩纷呈，目不暇接，故择几款招牌菜和新菜荐之。看官如欲更多尝新，不妨前往。

泰式纽西兰羊排 正宗的纽西兰羊排，经由香茅、香草根、椰奶等十多种香料调制成的作料腌制，精心烘烤而成。色泽酱亮，肉香味鲜，绝对是一款冬令佳肴。令人叫绝的是它的蘸料，可谓是集了泰国香料之大成。光这酱料花费的功夫比烤制羊排的时间还长，细品之先是一阵酸辣味，直冲鼻腔，如一道强光划破浓雾，让人豁然神爽；随之一股甘香萦绕而上，甜香中伴着辣吱吱的爽劲；即使再麻木的味蕾也被瞬间打开，直至你全部吃完还在回味良久！

咸柠檬汁烤三文鱼 熏烤后的鱼肉质厚嫩，鲜香扑鼻。其中一大功臣莫过于泰国青柠檬，这是东南亚特有的调味水果，酸酸的果香，柔柔的甘甜，腌泡后的咸鲜回味，风味独到。其酸而不刺，温和地在你舌尖上轻啄一口；加之常用的椰汁，酸辣甜香，将三文鱼活脱烤成了“香”文鱼！

金泰园炒蟹 不少食客早对这里的咖喱蟹流连忘返，眼下正是吃蟹季节，“金泰园”又新增了独家秘制的炒蟹，由几十种香辛辅料秘制成的配料，匀炒在海蟹内外，凸显了此菜的咸、鲜、香，实在同样值得一品。

冬荫金菇海鲜锅 冬荫功是泰国的“国汤”，又是世界三大名汤之一，尤适冬季食用，颇具暖胃散寒，滋阴壮阳之功。该汤由香茅、南姜、苦橙叶、椰浆、朝天椒等十多种泰国原产香料做成，入口酸甜，微感辛辣，浓郁爽口。

此次“金泰园”创意地将此汤做成锅底汤料，结合国人爱吃火锅的特点，配上多种海鲜和蔬菜，食客们既饱了口福又得了滋补，真是一举两得啊！

南瓜鸭蛋布丁 泰菜掺有西餐习惯，餐后也有甜点之例，粉粉的南瓜与红亮的鸭蛋黄一起蒸，犹如双色的弯月，漂亮至极。甜甜的南瓜、鲜鲜的蛋黄、香香的椰奶调和出独特的热带点心风味。

据透露，“金泰园”推出新菜飨客期间，为答谢新老食客，即日起到 12 月 8 日所有菜品可享 8 折优惠，而且消费满 380 元以上还有价值 150 元的缅甸翡翠玉挂坠赠送。真是品尝新泰菜，好运渐开吉祥来。

订餐电话：64066986。



■ 咸柠檬汁烤三文鱼

这年头，变化多，模子菜刚唱罢，江湖菜登场了。

去了一次鱼门客栈，让人领略了江湖菜的风采，那一道招牌菜“江湖炭烤鱼”，更令人欲罢不能，痴迷其中。我们来到江苏路 225 号古朴别致的鱼门客栈，点了一条约 3 斤重的鲇鱼。少顷，一身古时店小二装扮的伙计托着一个大不锈钢盆上来了。这盆，足足占去半个桌面，有上下两层。上层，一条大鲇鱼被剖成两半，一半被黑黝黝的豆豉铺满，另一半则铺着一层红艳艳的剁椒（伙计介绍说，这种烤鱼有豆豉、剁椒、麻辣、酸菜、鱼香五种口味可供顾客选择），正浸在油中，周围点缀着豆芽、芹菜等配料。下层，一层焦炭正发出火苗保温加热。

这鱼门客栈的老板，是沪上某知名大画家的公子，长期受艺术熏陶，讲话、做派颇有艺术家的腔调。他很爽朗地介绍道，盆里被烤的是选用淮河中圈养的半野生



痴迷江湖炭烤鱼

文 / 韦早

鲇鱼，滋味浓香醇厚。一筷子下去，又黏又厚的鱼皮混合着豆豉一同入口，满口肥糯鲜香；再夹起剁椒味下的鱼肉，滑爽嫩辣，吃了还想吃。这鲇鱼，本身肉质肥腴，但却有些土腥味，上海人一般不太爱吃。没想到这鱼门客栈，竟通过先用秘制调料腌渍，再用最原始的炙烤术，将这鲇鱼之短——土腥气，去得干干净净；将这鲇鱼之长——肥嫩滑，发挥得淋漓尽致。



揭开饮品颜色的神秘面纱之一

走进超市的食品饮料区域，人们常常会为各种新奇美观的产品所吸引。随着现代食品生产技术的提高，食品饮料不仅仅在包装设计上越来越吸引人，其本身也越来越丰富，可谓琳琅满目，形形色色”，这些颜色在自然界中是普遍存在的。

提到有关入口食物的颜色，也许大家对几年前的“苏丹红”事件还心有余悸。许

多人因此对色素完全否定，认为色素就是不好的、有害的。其实，将工业染料“苏丹红”与食品中普遍使用的食用色素等同起来，是错误的。不应该因为个别不法生产商的行为而将按照食品安全规定合理使用食用色素的食品饮料一棒子打死。事实上，可以说没有食品添加剂就没有现代食品饮料工业。世界各国对食品添加剂的使用都做了严格的规范。

许多食品饮料之所以有我们看到的颜色是因为添加了食用色素的缘故。食用色素主要分两种：天然色素和人工合成色素。天然色素主要从植物组织中提取，也包括来自动物和微生物的一些色素。人工合成色素是指用人工化学合成方法所制造的有机色素。相比人工合成色素，天然色素的安全性较高。而由这些色素体现出来的色彩，在自然界中是广泛而普遍存在的，例如绿叶、蔬菜、β胡萝卜素、焦糖等，常见饮品可乐中含有的焦糖正是如此。



爱甜品 爱自己 爱生活

文 / 波特小姐

在女孩子眼里，世界分为两种。一种是油腻、烈酒、肥胖衰老的人们、烟尘和肮脏的厨房，另一种是线条温柔的漫画、清冽的音乐、琳琅满目的名牌服装和制作精良的甜品。前者令人发胖、沉闷、衰老和精神萎靡，后者则令人清新爽朗。

“不管饭吃得有多糟，只要有好的甜品，就会觉得生活幸福，世界和平。”每个女孩都会这么说。所以，哪怕流过再多眼泪，受过再多伤害，在守着甜品的那一刻，女孩子们依然是相信甜蜜爱情、相信美好人生的那类人群。

文字奶酪：南锣鼓巷的新文艺招牌

说起南锣鼓巷，最近可是红得很，刚上了很多报纸杂志，被称为“中国最文艺的巷子”。文字奶酪店位于南锣鼓巷 49 号，在一大群文艺个性店铺群中间，看外面似乎毫不起眼，但每个走进去的文艺或非文艺青年，都会敬佩地把它当作南锣鼓巷的新文艺招牌。

女孩子可能像我一样，最爱来一碗红豆双皮奶。双皮奶吃得多了，没吃过这样的，红豆粒粒饱满、颗颗精神，鼓鼓地站立在一碗奶白色的海洋上，让人都不忍心一勺捣腾下去。入口时，感觉 QQ 的，但是口感非常好，软的奶合着饱满的豆，含在嘴里，几乎不想咽下去。

当然，这家店的招牌还是奶酪。此处的宫廷奶酪风味独特，不像西式奶酪那么味重，甚至也不是酸奶口味，看店内介绍是用鲜奶加白糖加糯米酒烤制而成，味道比较清淡独特。估计和文字的主人是三元梅园的老师有关，还是有两把刷子的人。

女孩子喜欢吃的两大经典甜品

【鲜什果鸳鸯西米捞】

一个盘里盛着各色时鲜水果：哈密瓜、西瓜、草莓、椰果，上面覆了半个芒果，下面垫底的是椰酱炒冰（炒冰不是冰，一种果酱的做法而已）。另一个盘里盛着的比较怪异：一半是黄的芒果酱，一半是白的椰酱，就差把黄的换成黑的，再加上两点，活脱脱一个“果酱版太极图”。取名“鸳鸯”，当然为了讨情侣们的欢心。吃时，可用叉子将各色水果蘸着另一盘的酱吃，用菲律宾新鲜芒果做成的酱，比市面上的芒果酸了一点，却很香。不出意外的话，女孩子吃得兴起，男孩子就只有一边咽口水的份了。

【木瓜雪蛤膏】

天使爱美丽，这道菜，MM 们怎能不爱？雪蛤不用说了，绝对的养颜护肤，至于木瓜……不用说你也知道。这道甜品的样子也颇讨巧：木瓜切开直接成了盛器，里面盛的是雪蛤与椰浆的混合汁，掺以西柚果粒。吃的时候，用小勺将金黄色的木瓜瓢同混合汁一起入口，清淡中夹杂西柚的甜味，清新可人。

