

台北小文艺美食地图

文/ 大鱼
摄/ Jack zhou

人人都知道,台北是全世界最好吃的城市之一。但千万不要以为那些藏于窄街陋巷、保留居家原味、透出旧时风意的传统小吃便是台北美味的全部。也有米其林三星,也有创意料理,事实上,充满文艺气息的台北人,在饮食上也相当追求“人文范儿”,对环境、食材,乃至烹饪理念都相当有要求。

有意思的是,不论“南拳北腿”,日料、西餐或是大陆的各大菜系到了台北,多少都会被打上“台菜”的印痕。而这个“台味”的基调不断去芜存菁,到了今日,便是原汁原味和对绿色健康的孜孜以求。



郊外的 Fine Dinging

宜兰稻米香,更有台北后花园的美誉。都说台湾人大都是吃货,当然不在乎半个多小时的车程,为了一段特别的美食经验去探访主人精心选址、暗藏在一片壮阔稻田旁的“掌上明珠馆”。

前庭遍植翠绿草皮,姿态优美的假山、凉亭、水流造景,数只家养的鸡禽悠闲散步,一派田园风情;后院则仿闽南式建筑形式,荷花池、拱门,甚至布置了日本的枯山水,透露出主人的别具用心。走近主建筑,大门外的花轿,一入大门象征迎宾的山西大门已让人心生赞叹,木桌、木椅、壁上的丝绸、石雕等各种器物几乎都从中国大陆或印度、东南亚进口,整个餐厅布置充满古意和精致的混搭风。

主人吴先生听说我们来自大陆,特意出来迎接。这个土生土长的本地人,胼手胝足闯荡事业有成后,为献上对故里的热爱,于是在自己年轻时耕作的农田上建造起这座充满人文气息的“掌上明珠会馆”,希望将宜兰的美、宜兰人的纯善以及台湾人精致的怀石料理与优质茶叶介绍给每位客人。手写的菜单,从珍味、蒸物、特品等一道道不一而足。马面豚包葱段启发味蕾,白带、红旗鱼、鲔鱼刺身鲜美清甜。烤红喉鱼上桌时,单是优美的摆盘就让人不忍下箸,更不用说,主人还特别搭配了用芦荟荆棘自然发酵两年后酿成天然醋味的用心良苦。蒸物是来自北海道的雪长蟹,蟹肉细腻而带有丝丝甜味,特品是芦荟花搭小牛肉,一口下去,包含肉汁的牛肉特有的香味顿时在口中漫溢。而高潮则是厨师推着食车用暗火烘烤海苔片后,现场制作手烤寿司卷,用双手接过,就着脆脆的海苔咬下去,满口米香,对食物的敬意油然而生。吴先生笑言,若客人能感受到这份心情,便没有辜负他用数年的时间,怀着对“掌上明珠”般的心情,一石一瓦来打造这个会馆的心血。

就是爱吃草

宜兰壮围乡位处兰阳平原,肥沃的土壤与不虞匮乏的灌溉用水,让这个小镇处处布满稻田、瓜田与鱼场。来到胜洋休闲农庄时,天已暗,还飘着细雨,远远看见一栋充满当代感的建筑就是了。

“庄主“徐志雄是一个精干的宜兰人,“这里原是老爸的鳗鱼养殖场,但上世纪80年代,曾拥有鳗鱼王国称号的台湾地区敌不过来自大陆和东南亚的竞争,和这里很多以养殖为生的家庭一样,我家也面临着破产的危机”。

台湾人靠一首《爱拼才会赢》走天下,徐家也一样,偶然的机缘下,徐志雄开始转型做水草生意。尚德是水乡,涌泉丰美,俗称“草衰”的水草在此恣意生长。水草只能是水草吗?还有没有其他可能?徐志雄问自己。是吃的,是环境教育的,是体验的,是文化的,于是,水草餐厅、水草文化馆、水草养殖场的创意汩汩而出。

一汪水塘隔开了马路与玻璃屋,必须踏上田埂似的甬道才能进入。这座建于鱼塘上的建筑体出自当地著名的诗人建筑师程绍正韬,极简主义的风格,让人静默,让人于空间的隙隙中,窥视天光,生发出透明的思考来。

而在农妇妈妈的巧手下,寻常的水草化身成为不平凡的料理,一百多种以水草为名的料理,甚至能找到宜兰名菜干花肉卷。饭后,还能来一杯水草咖啡或加入鱼腥草的冰激凌。当每日面对山珍海味的你来到这里,与其说是来吃水草的,不如说,是来体验一分与自然的亲近,对天然素朴的回归。

古着地食台菜

如果你是创意园区的拥趸,就必不可错过华山创意园区。

这片位于台北市中心的老建筑创设于日治时期的1916年,原为日本人的酒造厂,专制清酒、蝴蝶兰、人参酒;后变成台湾最早的烟酒厂原址。早年生产价格低廉、以树薯为原料的“太白酒”是一般民众日常消费的最爱。

一栋栋人字顶灰色厂房,有些墙皮已经剥落,露出斑驳的底色;楼门是老式的本色木拼门;屋顶则自由自在地长着绿草。几米音乐魔幻剧场在“梅酒厂”举办,“精彩数位故宫”是“锅炉室”,方文山在这里开了茶屋,周遭的创意料理比邻而居,伍佰、张震岳在这里开免费的露天音乐会,听众则端着咖啡席地而坐。“青叶新乐园”就在园区中心的一栋漂亮的老房子里。

说到“青叶”,是台湾第一家台菜宴席料理餐厅,怀旧的台湾人曾以“不到故宫,不吃青叶,不算到过台湾”来表达自己对这家有着近50年历史的老店的喜爱。而“青叶新乐园”则是采用台菜自助的形式,来体现子品牌的“青春活力”。

舒国治曾说过:“在我看来,中国各省小吃最熔于一炉的城市,有可能是台北。”

挑高9米的老建筑里,保留了木框长窗,简洁的设计语言,进门的摊贩车和长板凳将现代与怀旧无缝对接。

除了那些耳熟能详的台湾各地小

吃,香煎猪肝现点现做,迷你佛跳墙口味正。炸旗鱼排、红糟肉、炸蚵仔、炸虾仁、炸豆腐也是特色,嫩香好吃。圆仔汤,糯米粉揉制得又细又弹劲得恰到好处。台东特产的水果冰激凌亦极好。

临走别忘了买一些这里特产的面筋罐头、鱼罐头做手信哦!

时尚素食有好味

人如何才能“宽心”?回归天然,人世不计贫富欢悲,“布衣暖,菜根香”,人,一定就能宽心。倡导现代中国禅风的蔬食及无国界的创意养生料理,以平民套餐为主,中西式混搭综合蔬食,让人忍不住要赞叹,台湾知名度极高的平民精致蔬食“宽心园”,可能是我吃过的最好的素食了。

现代人都已经可以认同“低盐、少油、美味、健康”的饮食理念,而“宽心园”则把它做到了某种极致。500多台币左右的一个套餐里,可以吃到40-50种蔬果,用豆皮取代鸡蛋,加入各种菌菇。用14种蔬果制成的精力蔬果汁大量补充纤维和维生素,是店中男女老少人手一杯的健康饮料。

XO酱罗汉用日本山药、洋菇、杏包菇苗等煲成,鲜辣松脆;牛奶蔬菜锅用巴西蘑菇提炼香的厚实度,加入高丽菜、竹笙和植物性脱脂奶,浓香扑鼻;松露饭用泰国香米,加少量橄榄油拌松露翻炒,这些都是23道经典菜中高居不下的人气料理。

饭店小开笑说,能在台湾开下10家分店,不光是凭精致的菜色,出人意料的好口味,还有就是细致入微的服务,也很让他自豪。有老客人因为痛风不能吃菌菇类,他们便特别用日本赤雨南瓜开发了南瓜饭,一推出就大受欢迎。小开问,不知道上海的市场如何。我们异口同声地回答,上海欢迎你。

能养生的铁板烧

不只商界名人郭台铭爱来,甚至政界、演艺圈内的人也趋之若鹜。林志玲、张惠妹等影视明星都是这里的座上客。

三太养生铁板烧是台湾一等一的以健康、养生出名的高级铁板料理。

什么样的铁板烧才能算得上养生?无油、无调料,利用外国进口海盐调味,没有一点多余的佐料及酱汁,吃到的只有主厨精湛的手艺、顶级食材与天然有机的养生理念。何首乌五谷养生面包是以全麦和枸杞揉制,上层再以何首乌及五谷杂粮磨成粉烘培而成,外脆里软,只怕控制不住的吃货,只是吃面包就能吃饱。百汇炖汤不加盐和味精,完全是牛蒡和一些蔬果的精华,里面有紫山药、豆腐、黑木耳、苹果、凤眼果等,喝起来,第一口味道很淡,第二口之后才喝出淡淡的咸味和蔬果的鲜味。澎湖软丝鲜美甘甜,香煎干贝香气十足肉质扎实,招牌的沙朗牛肉卷更是滋味十足。

