

陸詩韻越級勇戰

紫蘇葉大頭蝦

陸詩韻昔日當空姐時，每飛到三藩市，例必光顧酒店附近的越南菜館，一嘗她最愛的滑溜溜越南湯河及特色奶茶。近日，她終在港找到一間合心水的越南菜館，重溫在三藩市那份美味！她還親手下廚向高難度挑戰，向越南特色大頭蝦下戰書！

文：雪琪 攝：吳文聰
場地：火車頭越南餐室

食越南河粉少不得魚露、芽菜、青檸與紅辣椒，這才食出越南風味。



層層疊幼滑湯河



將材料一層層放到河粉上，再加上滾湯。



離大廚教詩韻煮心頭愛「湯河」，當灼又薄又滑的越南河粉時，只須在熱水煮熟約一分鐘，但不要用筷子攪動，因河粉薄，容易斷碎。然後將肥牛肉放在河粉面層，再加熟牛腩、牛柏菜、牛丸及牛仔筋，一層層疊上去，最後放上三般用牛骨熬成的滾湯，再加洋蔥片、芫荽及蔥花，一碗靚湯河便大功告成！

香港到處都有河粉食，但陸詩韻特別鍾愛越南河粉，她說：「越南河粉特別滑，同理睇住生牛肉放湯後變熟，嗰種風味好獨特！」而這裏的越南河粉，的確滑到不得了！

情迷紫蘇葉清香

師傅不但教詩韻煮如湯碗般大的「火車頭越南湯河」，還炮製紅牌「紫蘇葉炒大頭蝦」，令她十分雀躍！十指纖纖的詩韻，拿起刀切大蝦時有板有眼，她說全靠早前周中師傅教路：「我平日都有擺刀切嘢，但只係切吓青瓜，直至之前同周中師傅做飲食節目，佢教我點樣揸刀切嘢，否則今日煮大頭蝦，可能會加料——大手指！」此話一出當堂嚇親大家，幸而最終有驚無險，詩韻更因是次下廚，愛上越南菜的紫蘇葉清香。

ON 《太陽報》免費手機新聞 wap.on.cc >>>

Step By Step



1 先剪開蝦頭及蝦身，切開蝦身後用刀拍幾下，好讓其後容易落刀斬件。



2 在蝦頭位置取走胃部穢物，再清理蝦腸。



3 切碎紫蘇葉待用，然後起鑊，將蝦放入滾油中走油數秒，令肉質彈牙。



4 在鑊中加少許油，先落蒜蓉，再落洋葱爆香，然後放蝦。



5 放蝦後炒一炒，然後快手按次序落喼汁、美極、辣椒醬、糖、雞粉及上湯，邊煮邊試醬汁味道，直至合心水的濃度。



6 最後放下菜式的靈魂「紫蘇葉」，本身已香噴噴的大頭蝦更香味四溢，喜歡的話可加少許金不換，炒一炒便可上碟。

半斤
二兩
少許
一個
少許
茶匙
茶匙
湯匙

必烹另
火前
苦
南入
然後
未煮