

名食 GUIDE EAT

尋找正宗越式河粉

當大快活趕着推出越南河粉時，我便明白為甚麼我半數在港島居住的朋友，都爭相嘗試近日在大坑浣紗街很旺場的越南餐廳——火車頭（電話：2882 8227）了。我喜歡吃越南菜，所以約齊共4人，以便一併點嘗小吃和主菜。

一到鋪址，便看見大排長龍，想吃的心更盛了。排到我們，大家便點了最常吃的，但眼見半數客人都吃着最大碗的招牌火車頭熟牛肉湯河，我們每人都叫了一碗。侍應很快便放下一碗香料，如九層塔、紫蘇葉、豆芽和青檸檬，好讓客人放入湯底中，令牛肉和湯河吃時更顯清香濃郁。香港的越南餐廳很少會供應這基本的配套，雖然河粉價錢不算便宜，但捨得用這些配料和靚湯底的話，就值回票價了。喝下一口湯，味道偏濃，但我仍嫌不夠，不過已是我在港吃過的3甲之選了。

跟着，小吃拼盤登場，碟上有炸春卷、沙爹、粉卷和扎肉片，質素味道都是吃得過。再來一客黃咖喱雞，味偏清甜，吃辣的朋友可要叫加辣了。但雞吃出不是雪藏的，好奇一問，原來他們用的是大隻的新鮮老雞，若果用走地嫩雞，跟咖喱煲得久了，雞肉便會很鬆散。另一主菜蒜蓉牛油大頭蝦，明知這道濃菜很難會用上新鮮大蝦開邊來焗，但大啖蝦肉吃落不算死實，不能說不鮮吧！

名副其實，火車頭在這店打正旗號，做得不懶。嗜吃的我，下次會再來試啤酒炒蟹和豬扒乾撈檬粉。

撰文：吳焯姿（蛇王芬主理人）

名食Guide作者，周一：楊崢，周二：吳焯姿，周三：陳慧儀，周四：Gladis，周五：勞永樂。



愛美伊人



▲鮮果燕窩壽司：壽司飯分別是單一日本珍珠米，及混合了較煙韌的黑糯米兩種，各混入了椰汁和砂糖，分別鋪上士多啤梨、奇異果、火龍果等，不少得有燕窩，清甜有特色。

唐代的武則天、清朝的慈禧太后、《紅樓夢》的林黛玉，3個不同年代、空間的女人，她們有個共通點，你可知道是甚麼？她們跟現今的名媛太太婆婆媽媽師奶小姐一樣，都愛以燕窩來補身養顏，一字記之曰：美！

燕窩跟美麗有莫大的關係，明朝李時珍所著《本草綱目》記載，燕窩屬「入肺主氣、入腎滋水、入胃補脾、補而不燥」、「大養肺陰，化痰止咳，補而能清，為調理虛勞之聖藥」。另外，在營養學角度來說，燕窩所含的蛋白質，當中的「表皮生長因子」可直接刺激細胞生長，加速人體新陳代謝，增強免疫力，更有抗衰老作用。由此可知，中西方層面同樣認定燕窩屬於補健養生之食材。

如此補品，能夠好像以上提及的3位名女人一樣每日一服，效果固然最理想，要不然，每逢周六、日及假期下午，來到太子酒店的正堂酒廊享受一頓燕窩精選下午茶自助

燕窩

Tea Tea

鑽石有着恆久的意思，一顆就可以遠留存？這只不過是廣告的口號而已。然而，真正能夠伴隨長存的，是更女人渴望的青春健康美麗。那麼，具備養顏食療作用的燕窩，不是更有價嗎？

更何況，太子酒店最近全新裝修過堂酒廊，而設於周末假日的Tea Tea，客人可以在兩個多小時內嘗盡燕窩與甜品的Crossover，一箭雙雕，不亦乎？

