

飲食男女

美好 西班牙菜

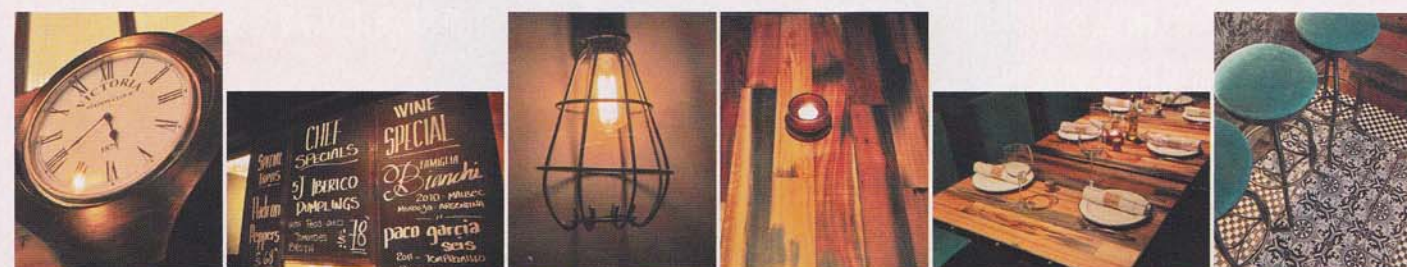


◎晚上七時許，蘇豪的 Iberico & Co. 已座無虛席。酒，Tapas，西班牙音樂。客人的談笑聲，混作一團。人人都不介意擠在酒吧前暢飲，或逼坐在店中開放式廚房的吧位，邊飲酒，邊看着廚師切西班牙黑毛豬火腿。也有人窩在用餐區，飲飽食醉，酒酣耳熱，喧聲震天，幾乎無暇欣賞本地名師陳幼堅的裝潢。

◎高高的樓底，有一個個拱形天花架，配搭英國古老時鐘及西班牙的黑白格仔及花紋瓷磚，營造巴塞隆拿火車站的氣氛，很落本，很特別。「間間西班牙餐廳，都是大同小異，香港人要求新鮮感，所以我想做一間風格與別不同的西班牙餐廳。」老闆娘 Kim 說。為了與眾不同，她放棄一般西班牙酒吧的佈局，引入歐洲近年興起的 Gastro Pub 格調。那就是近似 bar and restaurant 的一種風格。酒吧

的氣氛，餐廳級數的食物，酒種類也比一般西班牙酒吧及餐廳多。紅酒白酒葡萄酒氣酒冰酒雪利酒，都是從西班牙、葡萄牙、南美引入。三四百元有一瓶、五六十元有一杯，非常抵飲。Sangria，款式多到令人吃驚！除傳統紅、白 Sangria 外，更有香橙荔枝蜜瓜熱情果等不同生果口味，果味重，易入口，女生也可一杯接一杯。

◎食物擺脫了西班牙的單一，把西班牙和葡萄牙兩地菜式放在一起，增強新鮮感。「西班牙及葡萄牙同位於歐洲西南部的伊比利亞半島（Iberian Peninsula），橫跨地中海及大西洋，海岸線長，陽光充沛、氣候溫和，海產農作物十分豐富。兩地飲食習慣、烹調風格相近，愛用番茄、蒜茸、香草及橄欖油來做菜，口味偏鹹又濃重，送酒最一流。」Kim 說。



開業三個月以來，店子每個晚上都擠滿不醉無歸的老外。



無豬不歡

蘇豪些利街新開的 Iberico & Co.，非一般西班牙餐廳。首先，廚子不是西班牙人，是英國人。其次，不止賣西班牙菜，還賣葡萄牙菜。這英國廚師，沒有包袱，大刀闊斧，把西葡兩國熱愛的豬，玩得更徹底，更淋漓盡致。豬耳豬腦豬手豬皮……簡直把豬由頭到腳、由內到外都吃盡。香港人，從此知道西班牙人吃豬，豈止一種火腿？

Iberico & Co.

More



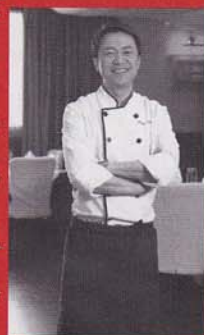
西班牙人喝甚麼酒？

西班牙人好酒，該國是全世界第三大葡萄酒生產國，產量多，葡萄酒價錢比法國、意大利便宜，所以西班牙人都喝得特別豪邁。任何時候，杯不離手。

最常飲的，有 Cava、Sangria 及 Shelly。

Cava 被稱為窮人的香檳，因釀造方式跟香檳一樣，同樣經過兩次發酵，只是葡萄品種不同，熟成期也較短，質素和香檳有段距離，但價錢平許多，平民百姓也能負擔。他們視之為開胃酒，每天餐前都會喝一杯，也會慶祝喜慶日子。據傳 1975 年獨裁者佛朗哥去世的晚上，巴塞隆拿人徹夜狂歡，將城裏所有的 Cava 一飲而盡。

雪利酒（Shelly），原產於西班牙的 Jerez 小鎮，是一種加了烈酒的葡萄酒。主要以 Palomino、Pedro Ximenez 和 Mascatel 三種白葡萄釀製，在橡木桶完全發酵後，再加拔蘭地。入口輕爽甘甜，酒精濃度偏低，西班牙人傳統用來送火腿，味道最夾。至於港人熟悉的 Sangria，是種水果酒，傳統以紅酒或白酒，再混入新鮮生果及少量烈酒和梳打水釀製，由於製法簡單，價錢又超便宜，不單餐廳酒吧有，連超市也有紙包裝，家庭也常自製，是普羅大眾的飲品。自家製半點不難，請來大廚 Ricky Cheung，示範如何炮製快捷方便又好飲的 Sangria。



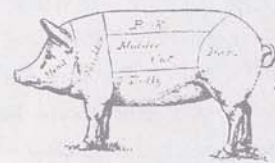
Ingredients (四人分量)
紅酒 (雪凍) 1 支 (720 毫升)
七喜或雪碧或梳化水 1 罐
拔蘭地 150 克
Grand Marnier 橙味甜酒 150 克
橙 (切粒) 1 個
蘋果 (切粒) 1 個

Steps
1. 將生果切粒。
2. 把生果粒和拔蘭地及 Grand Marnier 混和後，放進雪櫃約 4 至 5 小時。取出後倒一大玻璃器皿內。
3. 再加入已雪凍的紅酒及汽水（或梳打水）。
4. 最後倒入適量冰粒。

Tips
1. 酒量淺的可適量減少拔蘭地的分量。
2. 冰粒是用來降溫，而不是用來滿杯，所以要在冰粒完全溶解前，將全部 Sangria 喝掉。



More



From Head To Toe 自古以來，西班牙及葡萄牙的內陸地區，都以肉類為主要食材。森林和山區經常有野豬出沒，豬肉自然成為他們的糧食。除了獵殺野豬，家家戶戶都在家飼養豬隻，當中以白毛豬最普遍。西班牙人、葡萄牙人跟中國人一樣，豬盡其用，慳得就慳。豬頭豬耳豬腳豬腸都不放過，燒烤或燉，也會將之醃製，風乾及熟成為佐酒小吃。就是豬血也煮熟來吃，成為慶祝聖誕習俗。

不一樣的大廚



全吃橡果的黑毛豬級數最高。

為了不固傳統，她兵行險着，不聘西國或葡國廚子，反而請了來自英國的大廚 David。五十四歲的他，入行超過三十年，曾在英國名廚 Macro Pierre White 的米芝蓮二星餐廳 Harvey's 的學藝，也在英國多間米芝蓮餐廳掌廚。後來為了擴闊飲食領域，花了兩年時間去巴西、阿根廷、秘魯、西班牙、葡萄牙等地遊歷，吸取各國菜式文化及口味。六年前來港工作，在 Press Room Group 的飲食集團當行政總廚，風格融合各國，敢創新，不拘一格。Kim 就是看中他的反叛個性，創作菜式不甘被傳統的框框綁死，大膽起用。

David 果然不負所望，首要重點，是開發豬的菜式。「西班牙人和葡萄牙人有個很大共通點，就是愛吃豬！以前生活窮困，物資短缺，他們便物盡其用，一隻豬全身是寶，由頭吃到尾，豬頭豬腳豬皮豬血，都不怕放入口。」David 說。他用本地或入口的豬肉部位，做出變化多端的豬肉料理。豬皮撒上海鹽，焗至香脆，配自家製煙燻紅椒粉的蛋黃醬，是很好的下酒前菜。炸豬耳以百里香、肉桂葉

及蒜頭調味，外層香脆，內裏爽脆，富層次感。燴豬腳，更叫人拍爛手掌。豬腳用紅酒及牛肉上湯慢火燴五至六小時，釀入黑菌、洋蔥、蒜、蘑菇、豬肉等烺熟，酥腴香軟，很好吃。

除了豬饌，葡國海鮮也烹得出色，而且款款有新意。烤香辣沙甸魚，沙甸魚以紅椒粉醃過，即叫即烤，比一般鹽烤還要惹味。葡式炒蜆，以葡萄牙傳統銅鑊（Cataplana）烹煮，蜆肉的鮮味，結合牛油、白酒及辣椒的濃濃香氣，叫人垂涎欲滴，轉眼已把一大兜炒蜆幹掉。西班牙 tapas，也玩自創，辣肉腸伴中式鹹蛋，鹹蛋和辣肉腸夾出兩種層次的鹹味，融為一體，相得益彰。西班牙火腿雲吞，把西班牙火腿切剩的頭頭尾尾來包，雲吞混合百里香、蒜茸及洋葱碎作餡料，烺熟伴西班牙火腿高湯來吃，芳香濃郁，驚喜十足。「做菜除了用料新鮮，更加要心中有愛，more love！more fun！才會做得好吃。」David 真心地說。

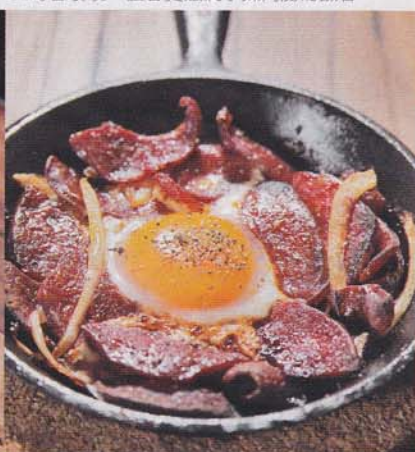
◎創作菜教人驚嘆，想不到回歸基本的西班牙火腿，也用心去選購。黑毛豬火腿，除了名牌 5J Cinco Jotas 36 個月，更特別引入坊間絕無僅有的 Cardeno Jamones de Cerdo 40 個月，這品牌來自西班牙西南部的一條小村落，家族經營至今一世紀，由飼養黑毛豬、屠宰、醃製到熟成，都是一條龍運作，確保每條黑毛豬火腿穩定優質。由於規模少，每年最多屠宰二千隻黑毛豬，製作過程無添加，不含防腐劑，天然健康。火腿不但肉味豐富，油分甘香，更滲出微

微的甜潤，餘韻悠長，比不少名牌有過之而無不及。◎◎最重要是價錢便宜，火腿既有散叫，也有拼盤。5J Cinco Jotas 36 個月，加 Cardeno 40 個月，配另有兩款黑毛豬香腸（Chorizo Iberico 及 Salchichon Iberico）、黑毛豬柳（Lomo Iberico）及白毛豬火腿九個月（Jamones Serrano），也不過 \$360，即叫即切，抵食得很。識途老馬，都賴在火腿吧位長駐不走，個個把酒吃火腿，天天把店子塞得滿滿的。

Pan Fried Spicy Chorizo with Fried Duck Egg \$82
有別傳統做法，中式鹹蛋放在辣肉腸上面，上時香噴噴，蛋香更滋潤了辣肉腸的鹹香。

Pan Fried Pig's Liver with Red Wine and Quince \$72
以蒜片及百里香炒香豬肝，生熟度恰當，配紅酒汁及西班牙果醬來吃，甜味中和豬肝味。（不定時供應）

Soiled rubbed crunchy pigs skin \$36
把海鹽撒在豬耳上再焗成。口感乾身，帶鹹香，自家製的煙燻紅椒粉增加層次感。



Spanish Beer Battered Crispy Pig's Brain \$68
豬腦洗淨，以蔬菜、香草給至挺身，再蘸上混入西班牙啤酒的炸漿脆炸，外層香脆，內裏軟滑。（不定時供應）



Crispy Cider Roasted Pork Belly with Apples \$88
豬腩以蘋果、蘋果氣酒、蒜片慢煮五小時至軟糯，外皮脆口，肉質軟嫩，果香減低膩滑。

不一樣的火腿



Churros with 72% Cocoa Chocolate Sauce \$68
西班牙地道甜品，油炸而成，口感像冬用，味道很甜，蘸些少朱古力醬來中和。

Crispy Pigs Ear with Spicy Caper Mayonnaise \$45
豬耳以香草炆至脆身之後，切成長條脆炸。爽脆芳香，蘸些紅椒蛋黃醬更惹味。

Pig Trotters Stuffed Black Truffles \$198
手工菜，清洗去骨炆熟醃到恰熟，足足花兩天時間。外層軟滑有彈性，餡料豐富，味道濃郁，吃罷滿口都是骨膠原。（不定時供應）



More

西班牙火腿

西班牙風乾火腿，源於十五世紀。一般分為黑毛豬火腿（Iberico Ham 或 Jamon Iberico）及白毛豬火腿（Serrano Ham 或 Jamon Serrano）兩種。

其中黑毛豬火腿較白毛豬優勝，而黑毛豬火腿，又因應豬隻所吃飼料分為三級。全吃橡果的稱為 Bellota，最高級。飼料混合橡果及穀物，稱為 Recebo，為次級。只餵穀物，沒餵橡果的，為 Pienso，級數最差。最好的黑毛豬火腿，主要產在 Guijuelo、Huelva、Los Pedroches 及 Extremadura，該地屬溫帶大陸性氣候，日照時間長，全年無雪霜，適合橡樹生長。吃橡果的黑毛豬，肉和油脂均帶橡果味，特別甘香，更會轉化為不飽和脂肪，有助降低壞的膽固醇。製作黑毛豬火腿，要經醃製、風乾及熟成三個步驟。先用鹽把豬腿醃一段時間，再掛起風乾。風乾月份的長短，視乎火腿的重量，及火腿肥瘦而定，一切要靠師傅經驗。如豬腿本身不夠肥卻風乾過久，肉質會變得過乾，反之亦然。風乾完後，最後進行熟成。火腿放在攝氏 15℃ 至 20℃ 的環境內，讓腿肉及脂肪進行發酵，發酵時間愈長，味道便愈甘香醇厚。熟成九至十二個月的叫 Bodega，十二至十五個月為 Reserva。最高級為 Gran Reserva，熟成超過十五個月。所以，最優質的西班牙火腿便是 Jamon Iberico Bellota Gran Reserva。西班牙火腿，又以後腿比前腿高級，前者的肉和脂肪比例為 6:4，味道比較甘香，價錢可貴約 30%。