

带你吃

Food

## 来, 饮美酒 品蟹之味

以小麦、糯米为原料, 天然湖水酿造的绍兴花雕酒。酒味醇厚芳馥, 不愧是20年的陈酿。

### 饕客小档案

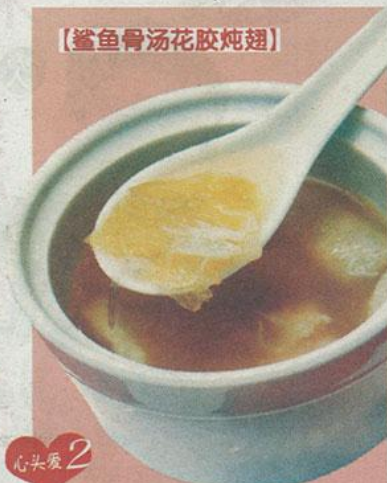
#### 叶仲恒

笼的传人餐饮集团总裁叶仲恒, 2009年获亚太杰出CEO奖, 其集团亦同时获大马旅游部颁发马来西亚最具创意餐厅奖。2004年创办笼的传人餐饮集团以来, 获得广大民众的喜爱, 目前旗下共有14家餐厅营运, 其中包括以沪菜为卖点的笼的传人10家和出售港式美食的香港粥面家4家。饮食版图遍布吉隆坡、檳城和新加坡等地。

吃大闸蟹是一种季节性的享受, 唐代诗人李白也曾赞道: “蟹螯即金液, 糟丘是蓬莱。且须饮美酒, 乘月醉高台”, 可见蟹之味美是多么诱人。



【鲨鱼骨汤花胶炖翅】



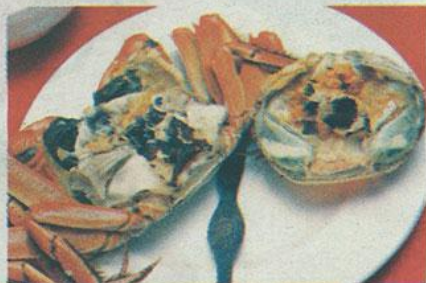
心头暖2

一盅貌似平凡的炖汤, 其实是熬费了8个小时炖煮出来。鲨鱼软骨有助抗瘤、防癌、抗凝血等作用, 其中的花胶也不仅是筵席名菜, 其含有人体所需的蛋白质、胶质等。以汤匙舀起见到的不是丝丝鱼翅, 而是一瓣瓣的货真价实, 搭以上汤入口, 复觉汤清而醇, 通体百骸顿觉暖和起来, 确是美味而珍贵、滋补又天然。

掀蟹盖、折腿、从中拗成两半, 看似清蒸后结构依然完善的大闸蟹, 在叶仲恒利落的拆解动作下, 像是被个中老手褪去华丽衣裳的美女, 露出了更为诱人的内在。橙形的蟹黄几乎塞满了一整个身躯, 白色肉质部分倒是不怎么见着。

“大闸蟹有公母之分, 我本身则比较喜欢吃公的, 其中最大的分别应该是在于膏的质感。母的膏虽多, 但有时候吃起来会感觉粘度不足。来试试看, 这些都是从太湖、阳澄湖刚进口的。”叶仲恒边说边指导正确的吃法。

大闸蟹在电视上是见得多, 吃倒是第一回, 且对需剥壳的美食, 通常没什么好感, 总觉得剥完后才吃得一点点肉, 端是折腾。“我们经过处理了, 只要跟着我方才的动作, 连锤子都不需要, 简简单单就可以食用。”叶仲恒解释。一试之下, 果然不假, 可怜的大闸蟹还是逃不过入腹的命运。本着对品质的严格要求, 在引进任何食材前, 凡事亲力亲为的叶仲恒总是率先到当地考察, 以确保万无一失。眼前肥美的大闸蟹, 也就是他经多番的检验, 才得登上笼的传人的餐牌。“现代许多疾病都是因不健康的饮食而来。所以笼的传人的菜式也尽可能符合健康饮食的需求, 无味精、添加物, 让人们在尝鲜之余, 也吃得安心。”



【江苏大闸蟹皇】



心头暖1

每只净重约180克的橙红大闸蟹是由苏州的阳澄湖和太湖进口。吃大闸蟹是种季节性的享受, 唐代诗人李白也曾赞道: “蟹螯即金液, 糟丘是蓬莱。且须饮美酒, 乘月醉高台”, 可见蟹之味美是多么诱人。大闸蟹在蒸烹前, 有着青壳、白肚、金毛的特征, 肚间还有个钟形, 食客可认清商标、提防假冒。也不必可惜错过9月雌蟹的黄满肉厚, 因公蟹的成长期较长, 10、11月仍是享用的大好时节, 膏足且肉实, 不必怎么调味却色香味俱全。



# 饮食

带你吃

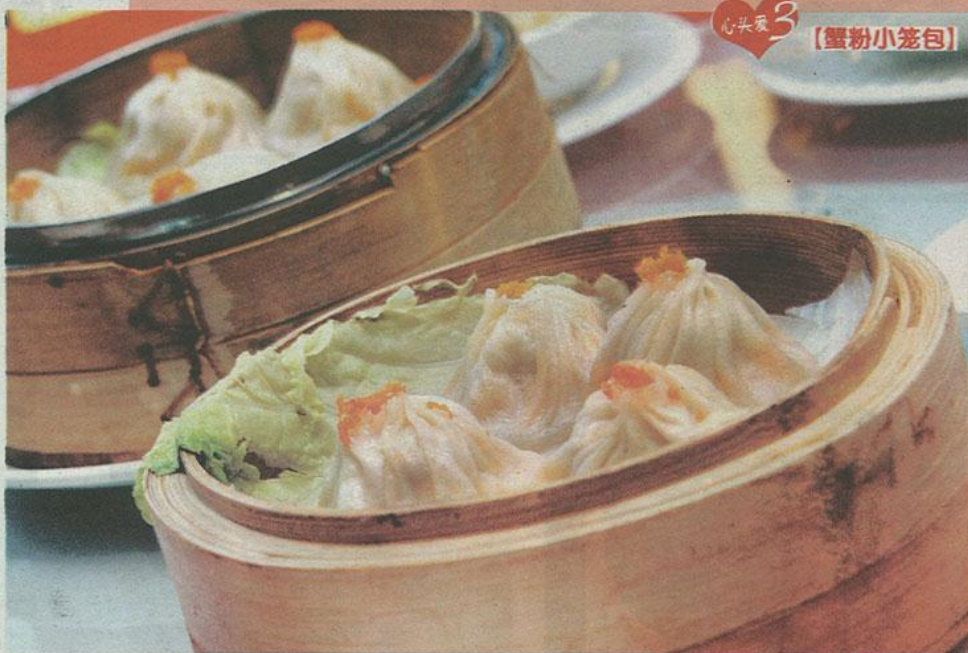
Food

身为怡保人的叶仲恒，对点心的要求又更为严格，这也是为什么会以小笼包作为餐厅的招牌之一。“在经营笼的传人前，我和伙伴到新加坡去考察，然后第一次品尝到颠覆我以往饮食经验的小笼包，小小一个内容却非常丰富，皮薄馅实汁多，入口难忘。这也更坚定我以小笼包做招牌菜的决心。”叶仲恒侃侃道来。

向早已吃尽各国美食的他询问心中最爱，答案却不是意料中的山珍海味，“扬州炒饭，我们万师傅的扬州炒饭是我吃过最好吃的食物。”在旁的万方林师傅闻言也不由腼腆的露出笑意。

作为本地精致上海菜的代言餐馆，叶仲恒目前希望可把自己吃过后一直难忘的上海清蒸鲥鱼引进。“鲥鱼是河鱼，多刺而肥美，肉质吃起来特别滑溜，应该在蒸之前浸过酒，味道非常馥郁。”听着不由也想像起来，希望不用多久我们就可在本地得尝。

江南三小碟：左起为花雕酒醉鸡、上海脆鳗、蒜香手拍日本黄瓜，各有各的味觉层次与口感，是绝佳的开胃菜。



心头爱3

【蟹粉小笼包】

“坐着似口钟，夹起像灯笼”，精致可口的小笼包无疑是笼的传人首选的招牌小点。为了不让品质因个人手工的参差而出现缺陷，负责人定下了制作小笼包的一套美味程式。先是每张外皮须有6.5公分的直径，备有模子以供比对；皱褶标准则是18褶，且收口细致不留下多余面团影响口感；端上桌前，尚要经过量秤，重量需介于29、30克，好让面皮处于最薄而又不露馅的状态。恰逢时令，内馅加入了鲜美蟹肉，上头还撒有蟹粉，夹起沾些香醋与姜丝，齿下薄皮即破，浓郁的汁液瞬间溢了出来，而在口中微烫而又刺激的感受，叫人深深记住了那美味化身的小笼包。

心头爱4



【正宗扬州炒饭】

## 师傅有话说

万方林  
笼的传人沪菜出品总监

15岁就在厨房里接受厨业训练的万方林，是在4年前经叶仲恒邀约方来到马来西亚工作，曾先后在香港小南国、美心饮食集团、上海总会及新加坡翡翠餐饮集团担任沪菜出品总监一职。

经过一段时间的琢磨，万方林对于大马人们的口味经已了如指掌，“我们主打的上海菜其实和传统的有些微不同，主要是两地人们的味觉经验有一定程度的差异，所以我们在设计菜式时作了适度的调整。以尽可能

保留完整的上海菜特色为前提，然后从中减少油盐的使用，好让人们吃到正宗而又适合自己胃口的美食。”万方林表示。

万方林也指出，美食的条件几乎是取决于食材本身的素质，所以不够新鲜或较为劣质的食材在笼的传人是不被采用的。“其实对一名厨师来说，烹饪技巧只是其次，最重要的还是食材本身。”他说。也就近年大众对健康饮食的觉醒而需求，笼的传人也在餐点上作出了呼应，除了少油和减轻调味料，连味精都不再使用了，以较为健康的鸡粉替代。

“为了使每位进来的客人可以安心的用餐，我们在半成品和食材等方面都做了监管的工作，而且为了确保不出现个别餐厅的素质差异，我们也在中央厨房方面进行严格检验。食物是吃进肚子里的，一定要确保零失误，才能让客人对笼的传人这个招牌有信心。”



嚼劲的面条。  
甩面团经已变成丝丝颇具师傅表演拉面绝技，一抛一



笼的传人

地址：Lot 2F-115-118, 2nd Floor, Queensbay Mall,  
100, Persiaran Bayan Indah, Bayan Lepas, 11900  
Pulau Pinang, Malaysia.  
电话：+604 646 6888

平凡中欲见真功夫最最难。看似简单易炒的扬州炒饭，如何炒出大师功架，则必须有赖常年累积的掌勺经验和火候控制。笼的传人炒饭飘香，靠的就是万方林师傅多年的煮食经验，即便简单的一碟炒饭都落足心思和精神。常人道，炒饭隔夜的好，其实不然，最重要在于煮出来的白饭是否经已“收水干身”，其次则是抛锅的功夫。因厨房炉头火猛，不似家庭式慢炒，遂考验抛锅的掌控，务必使到每颗饭粒都均匀受热。完成后金黄油亮的表面，饭粒颗颗“企身”，和鲜嫩的虾仁、甜香的叉烧一起送入嘴里，嚼间饭粒如同充满生命力般活蹦乱跳，叫人不免对一碟炒饭尊敬起来。

