

明日預告 > 味遊意大利

今天專題是「I Love U」，等於「我愛雞蛋」！正當大家摸不著頭腦時，意大利人卻會心微笑地認同。因為意大利文的雞蛋，正是U字頭的Uovo，他們對自己家鄉的雞蛋特別情有獨鍾，無論做蛋糕、甜品或蛋菜等，都用上意大利貨。蛋也是我們最常吃的食材，因着內地的毒蛋事件，如今香港超市有來自世界各地的雞蛋供應，我們再不用無蛋擇地吃「悶蛋」了！



撰文：鍾
編輯：何
讀者意見
無花無假，意大利蛋成寵
進口，還有保證。

我愛雞蛋

I Love Uovo



煎蛋伴黑松露(\$298, Gala)
像太陽環狀的蔬菜狀態，只是
加幾片黑松露，很美味。
焗青白蘿蔔配意大利蛋(\$298, Sabatini)
青、白蘿蔔焗透，
再配上帶點溫氣風味的走地雞蛋，
一片黑松露是點睛之作。

意廚愛用家鄉蛋

香港的識食之人對吃的要求是講究口味是否地道，食材是否來自當地，甚或廚師最好也是當地人，就應該會味道最接近正宗了。這樣的邏輯，對許多有堅持的意大利廚師來說是百分之百認同。

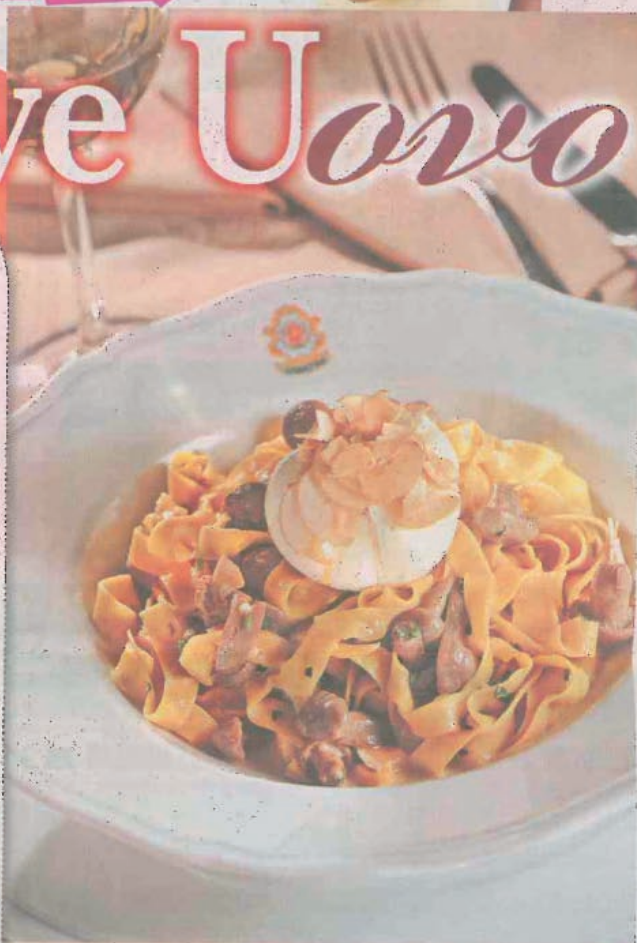
雞蛋看似微不足道，但意大利廚師在香港也要用回意大利蛋。Gala行政總廚 Paolo Monti 離內地或泰國的雞蛋總有一陣魚腥味，更笑言不知當地雞場是否用魚骨來餵雞。「其實很簡單，一隻蛋是否靚，一打開後，流下來的蛋白黏稠有厚實質感，而蛋黃呈鮮橙黃色又具立體感的，就算靚貨，意大利雞蛋正是這種質素。」

他亦不諱言意大利蛋來貨價很高，「計落差不多每隻 \$10，我選來自意大利北部的 Lombardy。那裏多以走地方式餵養雞蛋，而吃的飼料也較純正。而意大利人愛用蛋作的菜式較簡單，都是炒蛋、太陽蛋或香煎等家常做法。至於名貴吃法，便是創幾片黑松露菌，因為兩者的味道是非常匹配。」

蛋菜種類多

無獨有偶，帝苑酒店 Sabatini 餐廳也都是用 Lombardy 地方的雞蛋，總廚 Luca Signoretti 說：「意大利蛋除了蛋黃靚外，蛋味也香。我也是用來配黑松露和青、白蘿蔔，另外，我亦以給蛋配調絲菌和蘑菇，既簡單也味濃。」

其實，蛋除了配意粉及蘿蔔外，還有不同煮法，如 Uova all'otgate(波蛋，用滾水浸熟的雞蛋)、Uova al burro(用牛油煎的雞蛋)、Uova al forno(焗雞蛋)、Uova al prosciutto(煎蛋伴以火腿)、Uova bollite(焗蛋)、Uova strapazzate(炒蛋)、Uova fritte(煎蛋)，變化多端。Luca 最喜歡是波蛋，因入口蛋會較滑嫩。



自家製調絲菌配焗生治蘑菇及意大利蛋(\$348, Sabatini)：餐廳的意粉一直都是自家製的，充滿蛋香，配合小蘑菇，和鋪上白焗意大利蛋，蛋白和蛋黃都剛熟的質感呈現，滑溜軟綿。

◀ 白蘿蔔配炒蛋及黑松露芝士碎(\$298, Gala)：把炒蛋溶入白蘿蔔中，撒上黑松露和芝士碎，夏天較宜的高貴之選。

Gala
地址：上環皇后大道中 181 號新紀元廣場地下
電話：2167 8200
營業時間：12nn-凌晨 12mn
Sabatini
地址：尖沙咀康樂道 69 號帝苑酒店 3 樓
電話：2733 2000
營業時間：12nn-2:30pm、6pm-11pm