

恭賀新禧

E2

二〇一四年二月五日 星期三 夏曆甲午年正月初六日

食字部

apple daily
蘋果日報

■創辦人 Jonathan (左) 曾是大廚、烹飪學校教授及飲食集團老闆，自設 dry age 房，讓客人存放原條熟成牛扒，坊間少有。

■這是 Prime Rib 牛前胸上等肋條，美國黑安格斯牛 USDA Prime 級數的最好部份，油脂平衡而油花細緻。外間每公斤約售 \$800-\$900，這裏便宜約一半。



熟成上桌一條龍 牛扒撲鼻

嗜牛者對食牛本應有份執着，就如電影《THE DEVIL WEARS PRADA》裏的女惡魔，每天午餐便是指定要吃紐約著名扒房 Smith & Wollensky 的 dry aged steak。愛牛的人為了那濃濃的牛腥，吃出那真正的牛味，不單止講究牛隻出產地、烹調方法，或是配一口怎樣的美酒，還有它的熟成期有多少天？The Butchers Club 就是一間集 dry age 風乾房、私家廚房與工作坊於一身的「扒房」，從 dry-aged 到用餐一條龍服務，客人可品嚐自己訂購的專屬 dry aged 牛扒。想訂枱嗎？恐怕要等半年！

記者：歐陽曉思 摄影：劉永發

這間藏身工業大廈，要預早超過半年訂位的「dry-aged 扒房」The Butchers Club，位於黃竹坑一座工廈裏。這也是老闆 Jonathan 最大的玩具，逾二千呎面積，貌似外國家庭式肉店，兩邊大雪櫃都放滿各式各樣的肉類、香腸及海鮮，牆上掛着大大小小寫着肉類價錢的黑板，走入廚房，更完全被那個風乾房所吸引。風乾房不但裝上雙層玻璃，而且要走進雪櫃房，才可進入風乾房。雙門設計可保持房內溫度維持在 0°C 至 3°C，濕度約 70%，讓牛肉不會變壞。有個四正的風乾櫃，也要嚴選靚牛扒。

這裏 dry aging (乾式熟成) 牛肉，全是由老闆 Jonathan 搜購的無添加荷爾蒙及激素的美國黑安格斯 USDA Prime 級數天然牛肉及澳洲穀飼牛肉，包括 tenderloin (里脊肉)、short loin (短腰肉) 和 prime rib (牛前胸上等肋條)。他說以一大件五公斤的牛前胸上等肋條為例，一般放置 45 日後會比原件輕 15% 至 25%，烹煮前放至回復室溫，即可切成所需厚度，烤煎至個人喜愛的生熟程度，其中以約攝氏 260°C 烤至 medium rare 約四成熟，風味最佳。美國黑安格斯牛 USDA Prime 的最好部份，油脂平衡而油花細緻。坊間一般每公斤約售 \$800-\$900，這裏便宜約一半，美國牛約 \$350 一公斤，而澳洲牛則為 \$450 一公斤。客人選好後，Jonathan 便將買肉日期、重量等資料的標籤掛在肉上，然後做 dry aging，一般 45 日之後就可以品嚐。

法式手藝即席製作

從英國 Yorkshire 來港 18 年的 Jonathan，一直從事肉類販賣的工作，本地著名肉類海產零售店 Pacific Gourmet 便是他一手創立，兩年前 Jonathan 把它出售之後，便投入更多時間為餐廳擔任肉類選購顧問和協助餐飲業發展的工作，但熟客的來電並沒有停止過，相信他的眼光，央求他「出山」。於是，他把熟悉的產品集中起來，開設 The Butchers Club，早前見得廠廈單位，能讓牛扒熟成工序與廚藝烹調兩者並行。而因為 Jonathan 本身的職業，他很會招呼客人，甫進入店，Jonathan 便會先給一杯葡萄酒或啤酒，然後逐一了解客人的需要再作購買的安排，更會不厭其煩慢慢和客人解釋美國牛與澳洲牛的分別，再逐一講解不同部位的肉質和烹調方法，使整個買賣質素遠超一般的凍肉買賣。

他明白有很多客人其實並不太知道應該怎樣烹調，所以他更找來笑容滿面的 Aarik 與廚師 Ned，推行一條龍服務，客人除了可品嚐自己的 dry aged 牛外，還可品嚐海鮮和甜品，他們兩人都是在廚藝學院主修法國烹飪技藝。兩人不約而同說，在這樣的廚房能夠充份發揮創意，以最簡單原味的方法加上手藝，讓食材最好的風味完全呈現。全個主廚之桌可供十人用，以海產冷盤開始，可以是雞尾大虎蝦、生醃吞拿魚、Coffin Bay 生蠔兩吃，還有日本加意大利元素的紅鯛魚刺身等，再嚥熟辣辣白酒煮黑殼青口、蒸焗新西蘭石蜆；主角吃牛扒；最後是甜品或芝士盤。客人也可以要求菜式，務求全晚吃得愜意快樂，難怪位置隔涉，個個周末依然爆滿！

何謂 dry aged

牛隻被屠殺後的 6 至 12 小時會因「死後僵硬」(rigor mortis) 令肉質變硬，柔軟度驟失，但肉質卻在死後的 11 天內逐漸恢復柔軟。Dry aged 就是在屠宰後，把味道最濃最好、油花分佈均勻的原件牛肉部位拆去包裝，掛在風乾房內，保持溫度在 0°C 至 3°C，溫度為 65% 至 70% 的冷櫃內放 7 至 60 日，過程中牛本身所含的蛋白酵素會逐漸瓦解牛肉的膠原組織及肌肉纖維，令牛肉表面形成像牛肉乾的硬皮，而內裏就讓牛肉本身的酵素把纖維由粗分解至幼細，中間的肉會自然軟化，油脂漸變得更加細緻而味道更濃重 creamy，嫩滑度更會隨熟成時間而增加。放置日數視乎牛肉本身脂肪比例與原牛體重比例而有所不同，這個方法不僅令肉質細嫩，而且牛味更濃。烹調前只要將表面切走，就會發現原有的肉汁會被濃縮及鎖在肉內，而且肉質出奇地嫩滑。


■晚飯當晚，Jonathan 會先拿出已 dry aged 的牛扒讓客人過目，然後在客人面前即席切扒及烹調。


■自設乾式熟成室的肉店，客人選好牛扒後，便會按照肉的特性作 dry aging，一般會熟成 30-45 日。



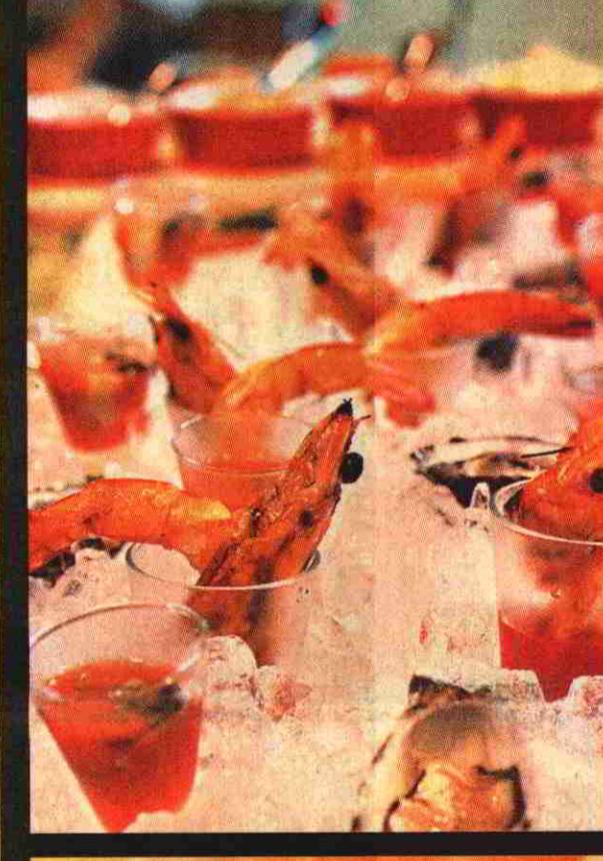
■吃不完的牛扒可打包。



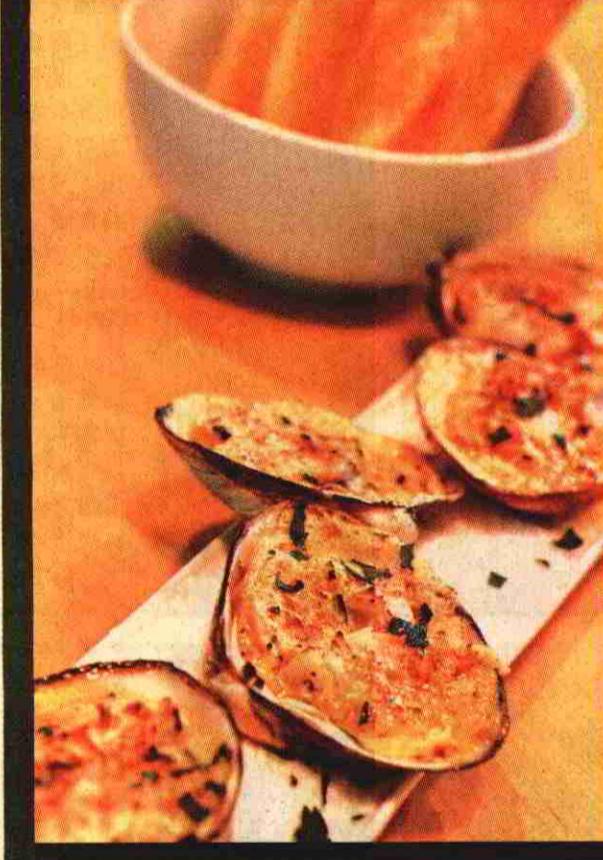
■貌似外國家庭式肉店，牆上掛着大大小小寫着肉類價錢的黑板。



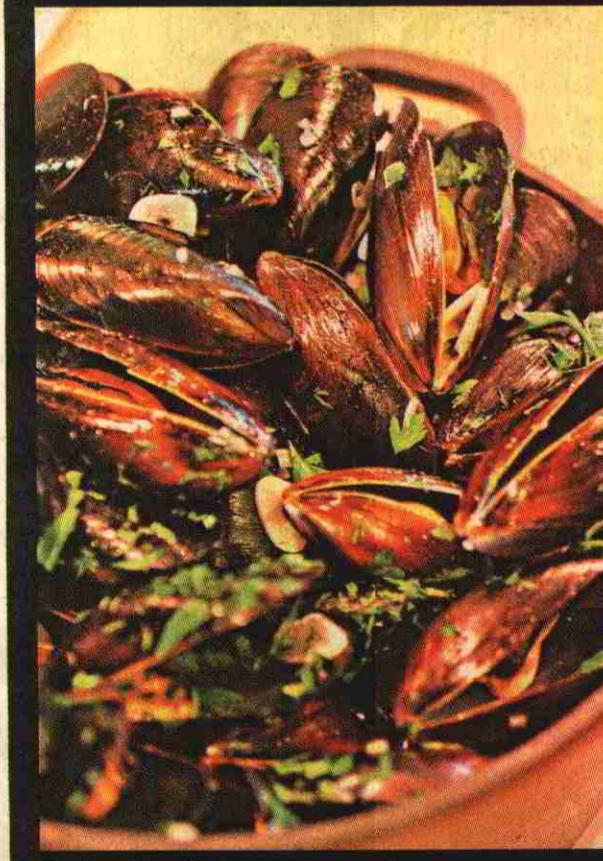
■法式燴啤梨，啤梨中蘸入餅乾碎，配上朱古力醬，甜而不膩。



■以檸檬皮和橄欖油醃過後，以淨化牛油香煎的大虎蝦，香氣十足而肉汁豐富，彈牙爽口。後面有四種醬汁伴吃。



■新西蘭石蜆，先以馬天尼醃過、蒸至半熟後放涼，淋上有龍蒿的荷蘭醬，再以火槍燒至微焦，爽甜鮮味，是全晚的驚喜位。



■用上小茴香、香菜、八角酒等做成的醬汁煮青口，入口帶淡淡清新香氣，鮮味更突出。

The Butchers Club
地址：香港仔田邊徑 9 號新英工業大廈 13 樓 C 室
Facebook：www.facebook.com/butchersclub
(1.5 公斤牛肉晚宴包其他菜式，每位 \$1,200，最少十位。)

蘋果網睇片
www.appledaily.com.hk



編輯：黎頌詩 美術：黃創泰



恭賀新禧

E3

二〇一四年二月五日 星期三 夏曆甲午年正月初六

食字部

■用上澳洲羊腿、加拿大豬腿及天然腸衣作材料，香腸外層煎得香口帶脆，內裏 juicy，加上自己親手做，份外滋味！



自製獨家味道香腸

材料：

三公斤澳洲羊腿或加拿大豬腿、一條天然腸衣

調味：

辣椒、薑、蒜頭、檸檬、芫荽等各適量

做法：

1 將加拿大豬腿去骨去皮，肉切成小塊，但要保留豬皮上的脂肪。



2 將肉塊放碎肉機打碎，並不時加脂肪。按喜好為肉碎調味，我就喜歡加點紅酒。



3 打開腸衣頭，灌入清水，再套入灌腸機，由另一人在灌腸機上放入碎肉，自己則輕接肉腸。



4 再將長長的肉腸扭好成小段。



5 然後在各人的香腸上貼上標籤。



星期二晚上來到這裏，又是另一個境況，工廠依然燈火通明，裏面更傳來此起彼落的笑聲。接近晚上七時，一眾剛放工的學員陸續趕到，穿上西裝、套餐的女士們二話不說脫下外套、捲起衣袖，紛紛掛上圍裙，在廚房內細心聽着 Jonathan 的講解，原來全部都是來學習製作香腸。

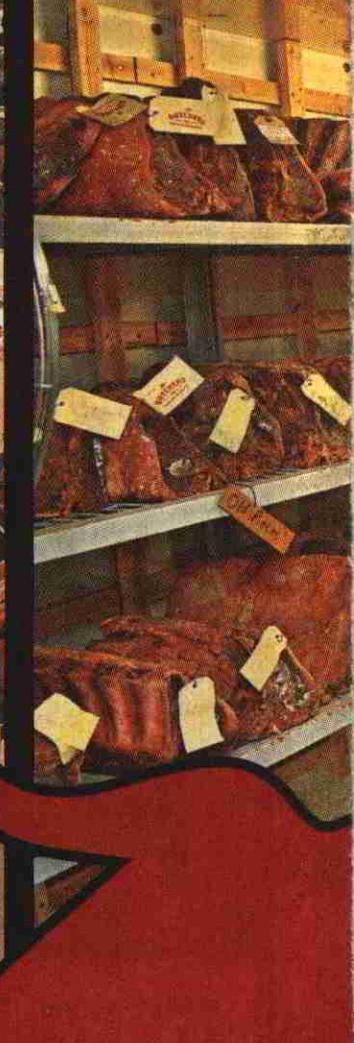
坊間可買到無添加香腸的地方不多，這裏除了使用無荷爾蒙豬肉及羊肉為材料，亦用上天然腸衣，經過大廚簡單介紹，各人便手起刀落開始切肉，面對大塊豬肉及羊肉，坦白說真的有點困難，完全不知道應從何開始，但 Ned 會不斷在旁指導，去皮、切成小塊，學員可按自己的口味加入辣椒、薑、蒜頭、檸檬、芫荽等炮製個人口味的香腸，有些同學嫌香料味道不夠，更先將香料煎香，使整個廚房活像在印度，籠罩着種種香料味道。這邊廂量度配料份量，那邊廂將肉塊絞碎，Ned 提醒大家無論是羊肉或豬肉，三公斤裏必定要有不多於一公斤的脂肪，吃的時候才能會有陣陣肉香，調校好自己的味道後，大家輪流將肉碎灌入腸衣。雖然大家並不相識，也是第一次做香腸，卻默契十足！有人更帶來啤酒，偶爾偷閒呷一口，大家有說有笑，猶如在家開派對一樣！勞動過後，大廚將各人製作的香腸煎好，配以薯仔、Yorkshire pudding 等，眾人即席享用成果，當日更會有個最好吃香腸比賽，冠軍更有神秘禮物，其他人亦可帶一公斤香腸回家，滋味又滿足！

香腸製作班

開班日：逢星期二

學費：每位 \$1,300 (每班約八人)，包括晚餐及一公斤香腸。

■經過兩個多小時忙碌地製作香腸，是時候來一頓豐富晚餐，全班同學打成一片，恍如在朋友家開派對般。



全港首個低溫烹調班

除了大快朵頤，到了晚上，原來這裏還會變身 cooking studio。仍記得第一次吃真空低溫烹調是多年前於 L'Atelier de Joël Robuchon，當時還不知道甚麼是 sous-vide cooking (真空烹調)，只不斷讚嘆口中的雞肉如何能做到如此軟嫩，肉質嫩滑到沒有任何瑕疵。

sous-vide cooking 是 70 年代後出現在歐洲的一種流行的烹飪法，由法國廚師 Georges Pralus 發明，他發現將鵝肝置於真空袋中，用低溫水浸熟可保持其完整的形狀及脂肪，保持柔軟的質感。自此，真空低溫烹調法成為廚藝界趨之若驚的絕技，亦是頂級廚師訓練的必修課，名廚如 Ferran Adrià、Paul Bocuse 等均是真空低溫烹調法的用家。把真空包裹的食物浸泡在水中，以精確溫度烹煮，食物在密實袋裏慢煮，空氣的隔絕，低溫的烹煮，令蛋白質緩慢凝固，鎖住了維他命、營養和味道。這烹調法用來煮肉尤其適合，甚至是最普通的平價肉，也能煮得入口嫩滑多汁，可以減少食物的營養流失，更易被人體吸收，並獲得更好的口感。原以為只有高級餐廳才可使用的烹調方法，有天在 TED 上看到微軟前首席技術師 Nathan Myhrvold 對鑽研真空烹調的瘋狂，才知道現在在家用真空烹調原來越來越普及。今次 The Butchers Club 首次開這個真空烹調

班，吸引了不少熱愛科學的人士來參加，班中大部份學員對食物要求很高，家中已有低溫烹調機，來的目的就是希望能對真空烹調技巧更純熟。

其中 Brit 是一名工程師，平日只要沒有外出應酬，她就一定親自下廚。喜歡科學的她，最近跟先生迷上鑽研分子料理，烹飪講究食材的質素外，更着重烹調工具，她說自從買了真空低溫烹調機後，肉類的質感有明顯的分別，但始終未能充份掌握到當中的巧妙，於是就帶朋友一起來學習。整個班一共會示範蔬菜、牛肉、雞肉的真空處理方法，但因為整個班需要的溫度都預先設定好，所以在烹調技巧上學到的不算特別多，但卻能完全感受到真空處理過的肉類的分別。肉質軟嫩的程度是別的烹調技巧不能媲美，而由於牛肉需要 72 小時烹煮，故班上的晚餐全部都是預先預備好的，學員所炮製的就會於三天後送到學員家中。

蔬菜類



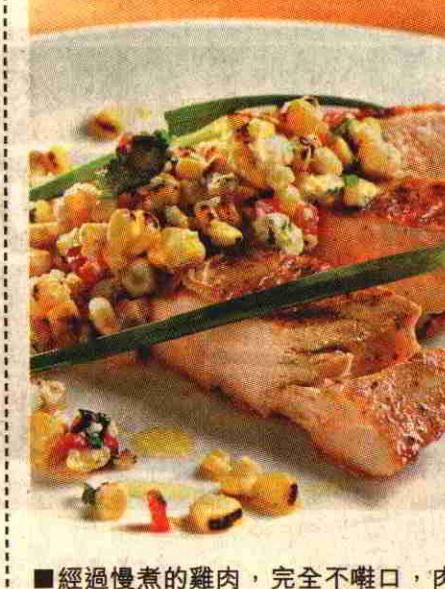
■經低溫烹調的紅菜頭、紅蘿蔔切成細片，灑上砂糖，再用火槍微微一燒，蔬菜爽口，卻仍非常新鮮，加點點焦糖味道，增添口感。

1 先將蔬菜放入真空處理包內，再放入牛油。

2 放機中抽真空後密封好。

3 按不同的蔬菜種類用約 60-80 °C 水溫燉煮最少兩小時。

雞



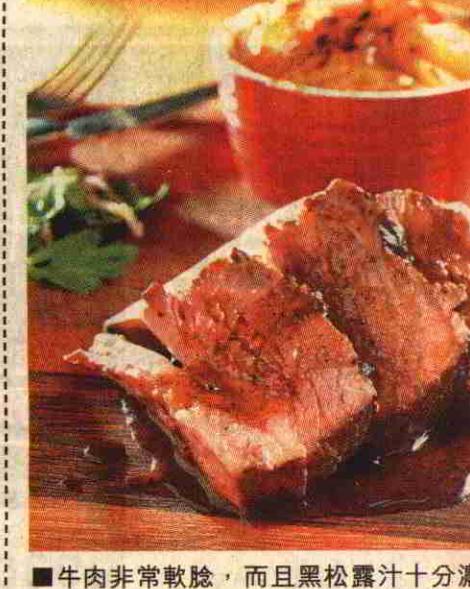
■經過慢煮的雞肉，完全不離骨，肉汁全被鎖住，入口十分嫩滑。

1 先把雞件去骨。

2 用洋蔥、迷迭香、橄欖油、蒜和鹽醃一醃雞件，然後放入真空處理包。

3 可視乎客人喜歡的生熟程度添減燉煮時間，一般需要放 70-80 °C 水中燉煮一晚。

牛



■牛肉非常軟嫩，而且黑松露汁十分濃郁，我最喜歡吃伴菜的酸忌廉薯仔，只要略為焗一焗，已經非常夠味。

1 先用鹽、胡椒為牛肉醃味。

2 再將牛肉外層煎熟。

3 跟黑松露汁一同放入真空包裏，一般需要放 70-80 °C 水中燉煮 72 小時。

真空烹調班

開班日：每月首個星期一

學費：每位 \$1,500，包四道菜晚餐。

家庭版的真空低溫烹調機，由於操作簡單，只需將容器注滿水，再調校合適溫度就可做出理想的質感及生熟度，如肉類是 49 至 71 °C，而且失敗率極低，又零油煙，大受歡迎。\$4,750

■ Brit 是一名工程師，喜歡科學的她，最近跟先生迷上鑽研分子料理。

