

# 居港法國「鴨癡」推介 香煎嫩鴨胸 橙香醒味蕾

Alex Ribeiro來自人口只有9萬的法國中西部城市Poitiers，小城鎮裡，對他沒太多特別要求，著名菜式只有蕎麥包、芝士雞翼類之類。他2007年初次來港，面對林林總總的多國美食，頓時開闊了味蕾的溫度。為了美食，Alex曾年帶妻性移民香港，他甚至發覺根本不會有思鄉的時候，因這裏的法國菜選擇特別豐富，幾乎各種風格的bistro也可找到，質素甚至比家鄉的還要好。

文：張文萍 圖：黃志東

## Profile

Alex Ribeiro來自法國中西部城市Poitiers，2007年來港作大學交換生，2011年來港工作，任職銀行投資管理部，去年辭工，與朋友推出有氣釀果酒品牌La Chouette。



**Homemade foie gras terrine served with chutney**  
◀ 鴨肝以干邑醃製一整天，然後以攝氏150度以下溫度蒸至 terrine 狀，拌以鮮酸的 chutney，以酸度減低鴨肝的油膩感。( \$158, A )

## Pan fried duck breast with orange sauce

▶ 把鴨胸略煎，拌以加入牛油、忌廉和百里香的薑蔥和香橙汁。香橙汁也大有乾坤，以橙汁、紅酒、醋等慢煮濃縮而成，酸甜有致。( \$218, A )



## Sea bass with aioli sauce

◀ 以香茅、小豆蔻、檸檬、白酒等汁，加入 sea bass 燉煮，拌以蒜蓉高湯蔬菜，非常輕盈。( \$178, A )

A: Alex 記: 記者

記: 香港人或對你的家鄉感到陌生，可否給我們介紹一下?

A: 當然可以。我的家鄉在法國中西部 Poitiers，位於釀製干邑的 Cognac 的東北面，是個小城市，人口只有9萬人，當中大部分都是大學生。法國菜特別在於每區也有其特色菜餚，如 Toulouse 燻成鵝肝， Brittany 流行吃 crepes，Poitiers 的菜餚比較簡單，以羊奶芝士最著名，較特別的菜式則要做 Farcis Poterwin，即蔬菜 pot，實相像極尋常的蕎麥飯。我想全國上下，只有在 Poitiers 才可吃到這個。

## 家鄉「蕎麥飯」簡單樸實

記: 像何菜餚?

A: 哈哈，對！就是以一大塊 cabbage 菜葉裹住大量蔬菜、洋蔥及其他蔬菜，加入少量豬油煎或煎下的肉派煮，實相像極蕎麥飯，而且都是健康的菜式。還有一道 Tourteau Fromager，是以羊奶芝士、雞蛋、麵粉、雲呢拿等製成的蛋糕，輕柔鬆軟，就像雪芳蛋糕一樣，可當作甜品或早餐吃。

記: 看來你的家鄉吃得比較簡單。



**Traditional apple pie with vanilla ice cream**  
蘋果輕煎，加入牛油、糖等煮至焦糖化，鋪上酥皮焗上25分鐘，是不可取代的經典法式甜品。( \$68, A )

A: Poitiers 地方小，而且比較偏遠地方，人們吃得比較樸實，菜式毫不花巧，所以盡我初到香港時，簡直覺得這裏是天堂。在這裏你可輕易找到不同風格、檔次的法國餐廳，而且大部分質素也相當高。對我這等 foodies 來說，身處這美食大都會簡直像做夢般高興。係我最愛的 bistro，法國的水平或較參差，食物較簡單，且也不太注意質相，香港大部分 bistro 也稱這水準，像西貢區的 Metropolitan 便是我的最愛 C 水。

## 悠閒飲茶 如置身巴黎

記: 這裏開業兩年多，一直也深受法國同胞歡迎啊!

A: 這店以巴黎鐵橋站作為靈感，裝潢甚富格調，食物更不用說，餐牌上可找到來自北部的法國菜，傳統的、新家的都有，實相一流，而且用料新鮮，要知道食材新鮮相當重要，這我特別執着。以前在家鄉，父母會在後花園種菜，鄰居也會會串，我們經常可以吃到新鮮的蔬菜和雞蛋，我想只要有新鮮的食材，才能煮出美味的菜式吧。

## 入口優質食材 價格親民

記: 據餐廳廚師 Frank Leboz 說，這裏採用大量法國或澳洲入口的優質食材，如法國鵝肝、鴨胸、芝士、牛奶、香腸、澳洲牛肉、新西蘭羊肉等等。

A: 這就是我喜歡 bistro 的原因，價錢親民，食物卻甚富水準。而且這裏沒有使人窒息的餐椅布和燈光，用餐氣氛輕鬆，有時想來個 quality lunch，或周末與朋友悠閒地飲下午茶，我便會馬上想起這裏。

當然我有時也喜歡上 L'ATELIER de Joel Robuchon 等名店，一嘗星級名廚的手藝，不過那可是非常昂貴，平日用餐，還是 bistro 來得親民。

記: 那你最近喜歡哪個菜式?

A: 我是「鴨癡」，幾乎所有鴨的菜式我也愛吃，高皮類分香煎鴨胸，鴨胸絕不應 just over cooked，廚師輕煎表皮，肉質仍保持鮮嫩，淋上香橙醬汁，其酸甜有致的味道，大大為鴨胸提味。

記: 知道你喜歡飲茶，來港後還有下午茶嗎?



## Seared scallops with creamy leeks

帶子簡單輕煎，leeks 則加入牛油和忌廉燉煮，沒有額外的醬汁，味道簡而清新，是傳統的 Normandy 菜式。( \$148 ( 兩個分量 ) 或 \$228 ( 主菜分量 )，A )

A: 在家鄉我不時下廚，來港後發覺「備食」實在太簡單了，而且我的廚房並不寬闊，與其自己煮，不如來這裏開餐好了。白酒香口、洋蔥湯、紅酒燉牛肉、羊奶芝士沙律等法式家常菜，只要點餐便有得吃，又何必大費周章下廚呢！何況除了家鄉菜，香港還有太多餐廳等着我去試，還哪有空爐下廚呢？

記: 你很喜欢吃廣東燒鴨飯，對嗎？酒環有間叫「飲記」的老店，自設工場，她的燒鴨很受食客歡迎。

A: 唉，我好像有聽過，先多謝你的推介，讓我找個晚上試試，加多杯凍檸茶就正！

## Info



**A. Metropolitan**  
地址：西營盤高街46號地下  
查詢：6271 6102