

## 白 灼

把生的食物变成煮的，最好的方法莫过于白灼了。

原汁原味，灼完的汤又可口，何乐不为？

但是过生血淋淋，猪内脏之一类，不能吃半生熟；过熟的话，肉质变老了，像嚼发泡胶，暴殄天物。

要灼得刚好，实在要多年的下厨经验才能做到。

有一个简单的方法可以试试，那就是锅子要大，滚了一锅水，下点油盐，把肉切成薄片后扔进去。水被冷的肉类冲激，就不滚了。这时，用个铁网以勺子把肉捞起，等待水再次滚了，又把肉扔进去，即刻熄火。余热会把肉弄得刚刚够熟，是完美的白灼。

有很多地道的小吃都是以白灼为主，像福建的街边檔，一格格的格子中摆着已经准备好的猪肝、猪心、猪腩煲等。客人要一碗面的话，在另一个炉中煮熟，再将上述食料灼它一灼，半生熟状铺在面上，最后淋上最滚最热的汤，即成，这碗猪杂面，天下美味。

香港的云吞面檔有时也卖白灼牛肉，但可惜牛肉都经过疏打粉腌泡，灼出来的东西虽然软熟，但也没甚么牛肉味可言。

怀念的是避风塘当年的白灼粉肠。粉肠是猪杂中最难处理的，要将它灼得刚刚好只有艇上的小贩才做得到。灼后淋上熟油和生抽，那种美味自从避风塘消失后就没尝过。

其实任何食物都可以用白灼来做，总比炸的和烤的简单，如果时间无法控制的话，选猪颈肉好了，它过老了也不会硬的。

一般人都以为蚝油和白灼是最佳拍檔，但我认为蚝油最破坏白灼的精神，把食物千篇一律化。要加蚝油的话，不如舀一汤匙凝固后的猪油，看着那团白色的东西在灼熟的菜肉上慢慢溶化。此时香味扑鼻，连吞白饭三大碗，面不改色。