

美 食

在仰光那五天当中，大小餐馆，各类街边档都试过。缅甸菜不像泰国菜那么千变万化，但也很有特色。

基本上很受印度和中国的影响，像前者的咖喱和后者清炒蔬菜。仰光河鲜居多，大头虾肉质嫩细，味甜美，膏又多，不像中国养殖的罗氏虾。螃蟹也好吃，仓鱼类肥大。最具代表性的，应该是 **Lephet Thoke**。

潮州人不说喝茶，而叫吃茶，缅甸人更是名副其实地口嚼，吃的是发酵过的湿茶叶。

Lephet 不止是食物，它是生活方式之一。到缅甸人家里做客，一定拿出来招待，餐厅里更当它是一种饭后小品。

通常是装进小碗，再放入一个大盘中捧出来。材料有一、花生米，二、炸黄豆，三、炸蒜片，四、发过的虾米，五、芝麻，六、青柠檬，七、鱼露，八、干葱，九、指天椒，十、发酵茶叶。

菜市场 and 超级市场皆有一包包的现货卖，要自制茶叶的话，买刚摘下来的蒸它一蒸，放进陶钵或竹筒里，储藏在阴暗的地方六个月而成。

餐厅里给你一根小匙，家里的人多数用手，但注意一定要右手。拇指、食指和中指三根抓来吃，感觉比用茶匙佳。

小口咬之，茶香喷出，就不必滚水沏了。

其它有小陶钵饭，把牛肉掺在米中来炊，肉汁入味，底部有饭焦。

豆酱猪肉也做得好，用黑漆漆的豆瓣酱腌整块的肉，蒸熟后切片，再淋上酱。汤多数加香茅和金不换，很惹味。

最典型的甜品有焦糖香蕉和椰浆蛋糕，酸乳也做得不错，像雪糕。

到仰光去切记莫食中国菜，好好的鱼也被他们蒸得不象样。不过话说回来，除了香港，任何地方的蒸鱼都不象样。

（缅甸之旅·九）