

放心食之

美国《福布斯》杂志列出十二款美食，吃了不止无益，脂肪和卡路里特高，简直是心脏病的天敌。

第一号凶手班尼迪蛋。我认为所有蛋中最难吃的煮法。好好一个蛋煎了或煮了没事，为甚么只在滚水中焗一焗，淋上大量讨厌的牛油和酱料呢？到底是谁发明的吃法？应该抓去枪毙。

第二号芝士汉堡。只有儿童和智商甚低的大人喜爱，我是一个从不踏入快餐厅的人，与我无缘。

第三号的油封鸭。我并不讨厌，但也不可能每天吃它。

第四号芝士火锅，这种瑞士菜单调得很，不去瑞士旅行我是绝对不会去碰的。

第五号白汁意大利阔面。意粉本身已没云吞面的好吃，阔面也比不上我们的河粉。谈到吃意粉，我最多是吃幼细的天使头发。

第六号炸薯条。一生人中最憎恶的就是这种东西。我完全同意营养师萨雷顿的看法，他说：「我甚至不会用来喂狗。」

第七号鹅肝。脂肪是超高，但我不在乎，吃死人也值得。

第八号剁碎鸡肉。普通的鸡肉我已不喜欢，剁碎的话，宁愿吃猪和牛。

第九号炸鸡。鸡的做法变化多端，白切鸡分分钟好吃过油炸。

第十号千层面。我不爱吃，理由与第五号阔面一样。

第十一号左宗棠鸡。我不会抗拒，但因为我认为羊和猪比鸡美味。

第十二号肠仔。啊，这我倒爱吃，不过要吃德国玻璃瓶装的那种罢了，少去碰热狗。

十二种东西之中，我可以接受的只是三种，按照比例，还在安全区内。我知道即使全部都喜欢，也会没事，因为我吃东西一向不多，凡事一不过份，总可以放心。