

吃得健康

中午，我们到墨尔本的「厉家菜」餐厅。

「厉家菜」在北京出名，日本东京六本木也开了间分行，那边的消费力强，可以理解。但为什么开到墨尔本来呢？

原来厉家小姐厉莉移民到那里去，十多年前成龙和我拍《一个好人》的时候，常去光顾。当年国泰的空姐飞到墨尔本，休息一晚，在机上认识了，晚上请她们去那里吃饭，记忆犹新。

晚上，去全市最好的牛扒店 Vlado's，提起这家店，澳洲老饕无不赞许。

华拉度先生来自南斯拉夫，每晚亲自用拳头把牛扒的肌肉打松，再拿去烤，他常说：「 I

had been here for 30 years, I'll not be here for another 30（我在这里做了三十年，我不会再有三十年的了）。」

言下之意，快点来吃吧。这餐厅的特点是没有餐牌，你如果一进店就要求菜单，华拉度先生就会把你赶出去。

一坐下，侍者给每一个客人一大碗的沙律，有腌过略甜的椰菜，鲜西红柿等，非常好吃，但怎么吃也吃不完。吃不完也是这家店的特点，后上几片烤猪扒、猪肝和没有面包的迷你汉堡。

最后是牛扒了，有肥的和全瘦的，可以选择大块和小块，吃得下尽管选大的。分生、半生熟和全熟三种烤法，绝对不会弄错。吃进口，肉味甚重，又多汁。可惜，我们的团友嫌略为硬了。

「这是澳洲牛肉的特点呀。」我说：「欣赏他们的牛肉，就要享受这种咬头。」

团友不服：「都是给你宠坏了，吃过神户的三田牛肉之后，怎能和别的比较？」

又关我事？也好，吃过最佳的，差一点的就少碰，这才叫吃得健康。