

豬油渣

物

質經提煉後的殘餘部份，稱之為渣，廣東人把炸豬肥肉剩下來，叫做豬油渣。而潮州人叫油為「勝」，剩餘的叫「粕」；勝粕，就是豬油渣了，這是我最愛吃的食物之一。

看過無數煉豬油的記載，以友人鄭

宇輝寫的最為詳盡，一共有六個步驟：
一、豬油的選擇，選豬背部份，出油率最高，切出一呎方塊。

二、洗淨，汆水，一斤重的方形油塊，要加約一斤的水進鍋中；炸豬油時如果加水，炸出來的油就會發黃，加了水便是乳白色，乾淨好看得多，煮至水收乾了，油開始冒出來時進入第三步驟。

三、灼過的五花肉加入其中，一斤方塊淨肥肉，加二至三兩五花肉，炸時有瘦肉成份在其中，就更香了。

四、炸至油出盡時，便得加入生蔥，一般一斤肥肉加一兩生蔥。當然，這一兩生蔥不是全部取用，講究的話，用青白相接部份那約一吋長的一截。加入蔥時即刻熄火，豬油渣由白色變成略焦，未冒泡時撈出。

五、找一個乾淨的陶瓷盆，把炸好的豬油倒入。切記不能有水



份，否則會濺出傷人，注意鍋裡若有不純淨的豬油就要捨得丟棄，如此這般，得到的豬油才是好的。

六、剩下的，就是豬油渣了。

註：豬油切成小方塊時，約半吋大小。這時的豬油渣最香酥鬆脆，是基本的做法。

小時候見母親炸，迫不及待要把香噴噴的豬油渣放入口中，媽媽來不及阻止，咬完之後雖然是人間美味，但喉嚨已經被燙出水泡來了。

放涼的豬油渣可撒上一把鹽，愛吃甜的可以加白糖。

現在很多人視豬油渣為大敵，其實自古以來中國人就熱愛，更有種種不同的吃法。

廣東人會加在青菜裡炒，豬油渣菜心，便是道名菜。北方人則用豬油渣和酸菜一起包饺子，非常搭配，味道立刻變成錯綜複雜，是平民百姓利用尋常食材去製作美食的一個例子。

江浙一帶的吃法，有將豬油渣加糖，與梅菜和豆豉一起蒸，單單這道菜，已能下白飯三大碗。

湖南湖北人則最擅長加入青紅辣椒一起爆炒，江西人的吃法最豪爽，把豬油渣混入他們的「大醬」中，然後用大蔥蘸着包在大餅裡面。

時間充裕，又有閒情，可試做一份豬油渣蛋餅：把豬油渣剝碎，與雞蛋一起拌勻，在平底鍋加上一勺豬油，慢

火加熱至冒煙，再將蛋漿注入，煎至金黃色，再把用糖拌過的豬油渣撒在蛋餅上，像包餡餅一樣對摺食之。

從大夫韓一飛的資料中，得知山東有琉璃肉，也有掛霜丸子，都以肥豬肉或豬油渣製作，前者選臀尖肥肉，即四川人所謂的二刀肉上的肥肉；後者是把肥膘切丁捏成丸子，雖然都是甜菜，但因熬糖火候不同，琉璃肉脆而晶瑩，糖衣似琉璃。掛霜丸子酥甜，糖衣凝成白霜，入口即融，不過現代人莫名其妙地怕死，就很少有廚師去做了。

別以為只有我們吃豬油渣，如果你去到法國鄉郊的小酒吧，叫一杯酒時，酒保就會把一大塊東西放在碟上讓你送酒，初時不明白是何物，一吃之下，才知道是豬油渣，不過壓成一大塊，所以沒有看出而已。

在墨西哥最容易認出豬油渣了，他們的菜市場裡有隻豬的一大片豬油渣連豬皮，炸後就掛在鉤上，客人也不必全塊買，要多少向小販一說，他即刻拆下幾塊，放在秤上一量，向你要錢。

泰國北部的吃法，和寮國、柬埔寨、越南一樣，是大鍋炸油，豬皮和豬油渣分成小塊，裝進透明塑膠袋來賣。在廚房裡，炊好一鍋糯米飯，捏成一團團，豬油渣蘸魚露和指天椒吃，雖然簡單，但十分美味。

當然，你是什麼地方人，就說什麼地方的做法最好吃，所以說美味是帶着極度的偏見和鄉愁的，在我尋求豬油渣的吃法旅途中，我發現小時吃到的，一大碗白

飯上面淋上豬油，再加老抽，上面還鋪上幾粒豬油渣，是天上最佳的美食。

來到香港後，一聽到有家人賣豬油渣麵，即刻撲去吃，才知道廣府人的所謂豬油渣，是切成一條條，沒有炸過，只是將肥肉灼熟了，就放進湯去煮，吃進嘴裡軟綿綿，完全不是那麼一回事。

最近，去了廣東中山的新書發售會，書局的人請我到中山沙溪，一個叫隆都的鄉下去吃九大簋，有哪些菜式呢？白切雞、沙溪扣肉、粉葛燜鴨、五柳鯪魚、橢仁肉丁、馬蹄白果燜冬菇、荷蘭豆炒魷魚、參薯豬腳湯和咕嚕肉。

其中印象最深刻的就是咕嚕肉了，和一般傳統廣東的咕嚕肉不同，也不用山楂，只是一片片的鳳梨，廣東人叫菠蘿的墊底，用的是極甜的神灣菠蘿，上面鋪的是像方糖般大的東西，起初以為是炸排骨，吃進口才發現是完全整塊的豬油渣。

這和我以前吃過的豬油渣完全不同，其薄，似空氣；其鬆化，有如西方的燒棉花糖；其脆，比炸蝦餅要脆十倍。

即刻跑進廚房請教師傅，他示範了一下，原來是把全肥的肥豬肉切成荔枝那麼大的一塊塊，先拿去蒸，把油完全蒸掉了再炸出來，最後才淋上醬汁。

回家即刻試做，失敗了三四次後，已掌握竅門。下次，可以做蔡家豬油渣給你們吃了。

蔡家