

福建行 (中)

翌

日，到羅源鎮見大廚陳奇輝，五十歲左右，人笑嘻嘻地，整身肉結實，像一塊大岩石。別小看牠，二十歲已經開始學習煮羊，再鑽研三十年，才成為大師級人物，專門煮這一道「下廩羊」。

而「下廩羊」有什麼特別呢？這就得先去看看，由陳師傅帶頭，經過漫長的一段沙路，我們在一個小山坡下車。不久，就看到一位鄉民趕着一群羊，羊的個頭不大，每隻三十斤左右，皮褐色。

不用牧羊犬，羊群二三十隻，慢慢地自動走下來到海邊，牠們已知道要做些什麼，原來是吃退潮後的綠草，草被海水浸過，充滿鹽份，羊每天吃了，本身的肉已有鹹味，是下廩這個地方特有的。

世界上的羊，好些地方有此習性，典型的是法國諾曼第聖山 Mont Saint-Michel 的海草羊，還有意大利阿爾卑斯山羊，用牠們的奶來做芝士，最為特別。我問陳師傅會不會用羊奶做別的菜，他回答說福州羅源這裡，只有燉湯這種做法。

買了羊肉後，先到陳師傅的家裡，由他做一碗聞名的湯給我喝。先得找到各種藥材，少一樣都不行，這個任務交給了給吳敏霞，史冬鵬找肉，姜超找酒，我就先享受那碗湯的滋味。

一喝，果然驚為天物，我這個最喜歡吃羊肉的人，各種做法都吃過，就是未嘗過下廩羊肉湯，雖然由多種藥材熬出，但一點藥味也沒有，要是藥材味一重，就有生病吃藥的感覺了。

只知滿口鮮甜，完全是大量的羊

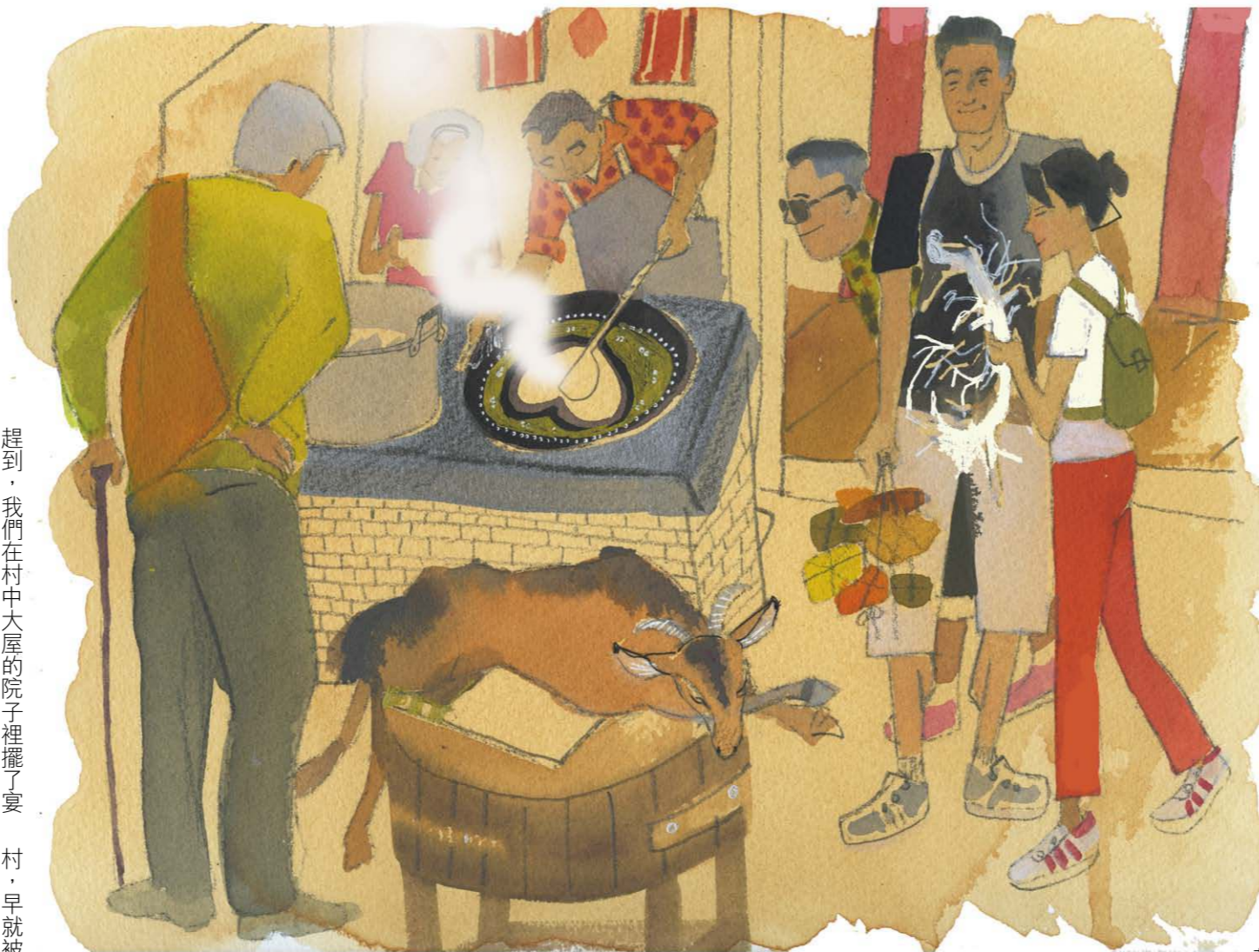
肉精髓。藥材之中，有種叫「牛奶根」的，之前聽網友青桐莊主說過，很感興趣，她的娘家就在羅源，也特地趕來陪我。

陳師傅說除了牛奶根，還要用苦刺、杏騰、土黃芪、臭蟲柴、羅漢果頭、金桔頭、豉豆根和當歸來燉，份量都是從經驗得來。

看陳師傅的製作過程，先用清水入鍋，小火慢慢地把藥材煮了兩個小時，濃縮為「過濾湯」，再下來就是把羊肉加入。下廩羊的肉鮮紅，不像一般的肉那麼暗黑，陳師傅順着肉的纖維將羊肉切成小塊，再依大小厚薄放入鍋中，熱水氽水五至十分鐘，取出，反覆兩次洗淨，接着用酒燉一遍，酒是剛釀好的，羊肉之中的異味便完美地祛除。

煮成的藥材用網篩掉之後，放羊肉熬煮，不上蓋是因為可以保持原來味道。灶台的火候最為重要，從小火熬起，再逐步增加乾柴，湯滾後拿開柴，轉小火，整個過程一小時，熬煮時，不時加水，用勺子將漂浮在湯面上的泡沫和多餘的油撈掉，煮出來的湯才清澈，最後再加點酒和鹽，就可以上桌了。

喝過湯後我們再長途跋



第一個環節結束後，翌日就去拍第二個。

從酒店出發，大約一個多小時的車程，距離雖然不遠，但那是著名的十八灣山路，非常之崎嶇，不慣的人會暈車作嘔的，好在我在不丹的山路上已經有了經驗，那才是叫得上驚險，高山上望下去的是深淵，而且都是石頭路，不丹唯一平坦的，是機場的跑道。

好了，到達目的地，是一個美麗又幽靜的山城，當今旅遊業發達，要不是那麼艱難才可到達的鄉村，早就被遊客包圍。

山明水秀，有一條很清澈的河流，巨川的盡頭，就是海了，海水湧入時，和河流的淡水交界，就長出最肥大的野生鱈魚來。

整條五呎長的大鱈魚，背黑色，肚子發着黃金般的顏色，鄉民們涉着溪水，用獨特的漁具魚網來抓，我們是來拍節目的，要是抓不到怎麼辦？通常會事先準備好，但鄉民們很有把握，點頭說：「一定有，一定有，明星到了，鱈魚也要出來看看！」

敏霞

插圖 • MEILO SO

涉，到一條小鄉村中，取其優美背景，拍攝三個徒弟找回來的食材和藥物，吳敏霞找到了一根巨大的牛奶根，陳師傅說用來熬湯有這麼大的才夠味，見嬌小的吳小姐，手臂上都是被蚊子咬過起的泡泡，就從我的和尚袋中取出專門的藥膏給她一搽，即刻止癢。

我這次是做好準備的，大包小包，各種防蚊水帶齊，事前大量噴上，所以從頭到尾沒被咬過，但村裡還有一種小黑蟲，叮起人來也不好玩的，好在蚊怕水也能起作用讓蟲子迴避。

第二天一早，吳敏霞的男朋友從大城市趕來，向她求婚，雙方家長也陸續

趕到，我們在村中大屋的院子裡擺了宴席，大吃下廩羊和其他農村菜，又喝了很多酒，拍攝順利完成。

晚上，我們折回羅源灣世紀金源大飯店，再吃一頓豐富的，餐廳裡也做下廩羊肉湯，但和陳師傅的根本沒法比，之後也再喝過幾次，專家做的不同就是不同，我真的是三生有幸，喝過這碗天下罕有的湯，羨慕死其他羊痴。

大家興致高昂，吳敏霞也喝了不少酒，和她的女助手們拉着我打麻將，打的是最基本的，不能上牌，只能碰牌，誰最快吃胡誰贏。贏了有多少錢？我們不玩錢的，只是打掌心。各美女都給我打過。