

Rick Stein 料理節目

我們這些主持美食節目的人，當然也得看別人的，從中學習。當今大家只追求米芝蓮，已少人看電視，這也難怪，主持人越來越差，安東尼·波登 Anthony Bourdain 自殺之後，好的寥寥無幾。

美國的只剩下專吃怪食物的光頭佬安德魯·茲門 Andrew Zimmern、英國的有向鏡頭擠眉弄眼的妮加拉·羅遜 Nigella Lawson、做來做去只有意大利那幾招的占美·奧利花 Jamie Oliver，看得打哈欠了。

哥頓·藍西 Gordon Ramsay 在節目中罵人的趣味性已經超越他的廚藝、馬可·比埃·懷特 Marco Pierre White 想歸隱，已無心戀戰、希士頓·布魯門索 Heston Blumenthal 越來越怪。

當今還在英國螢光幕前樂此不疲的有占士·馬甸 James Martin，此君像個流氓，做菜時粗枝大葉，向當地廚子學了一兩手之後便佔為己有，根本不尊重食材，只會選大尾的三文魚，一到手後最先把最肥美的肚腩切走，接着便是調味料亂加，沒有六七種以上不肯收手，他只自以為英俊，喜歡跳社交舞和騎摩托車多過燒菜，但英國人也吃他那一套，可見觀眾水準已經低得不能再低了。

另一個老太婆叫瑪麗·芭莉 Mary Berry 簡直像一個巫婆，臉上膏粉塗得快要剝落，我一看到即刻轉台，簡直吃的東西都吐多出來，她在英國已被觀眾受落，這也不出奇，查理士王子接受的形象，應該大

多數英國人認為不錯吧？不然她那種平平無奇的手藝，怎能做到現在？

懷念的是在六十五歲就心臟病去世的基夫·福魯特 Keith Floyd，此君在螢光幕前總是輕輕鬆鬆，瀟灑瀟灑，手舉一杯酒，邊喝邊露幾手，去到那裏煮到那裏，他教的菜極易學，只要根據他做過料理去重現，就能當上高手，做過的節目還能有 DVD 買到，各位想學的朋友不妨找來看看，必有收穫。

當今呢？還有什麼美食節目能吸引到你，友人問：有，有個叫理克·史坦 Rick Stein 的老頭，他在 BBC 中的節目，我一轉台看到，必放下手頭上所有工作，從頭看到尾，其實史坦留下的節目不少，有些也很有系統，像那集從威尼斯出發，一路上吃到土耳其君士坦丁堡，每一集都精采。目前放映的，是他從英國出發，每一個周末去周圍的小鎮，吃他喜歡的菜。



插圖：MEILO SO

他最像貓，最愛吃魚，你不會在他節目中看到他把魚腩切了丟掉，他尊重食材，也尊重傳統的做法，向當地人學習到，他先原原本本介紹之後，回到自己家裏再重現一次，或者怕忘了，坐着小貨車上路時一面遊覽一面停下來重溫吃過的菜。

對這些教過他的「老師」們，史坦會請廚房工作人員，

招呼他的全體職員和老闆站在一起，為他們拍下一張照片。當今很多人迷住米芝蓮，一間間二星三星去收集，但是吃完回來，你會做嗎？你會天天吃到嗎？如果根據史坦拍過照片的食肆，相信能昇華自己的廚藝。

史坦出生於一九四七年一月四日，自己擁有酒店和餐廳，最有名的仍然他最喜愛的海鮮，開在 Padstow 的「Rick Stein's Seafood Restaurant」，生意滔滔，當然有很多人來叫他用自己名字開多幾家，但都被他拒絕了。現在他開的還有一家小館，一家咖

啡店、一家甜品店、另有一料理教室，都不重複，如果收足了史坦迷，或者我會組織一個旅行團，到他的食肆一間間去試，也盡量地收集他所有著作，包括了：

English Seafood Cookery 1988, A Beginner's Guide to Seafood 1992, Beach to Belly 1994, Taste of the Sea 1995, Rick Stein Fish, 10 Recipes 1996, Fruits of the Sea 1997, Rick Stein's Odyssey 1999, Rick Stein's Seafood Lovers' Guide 2000, Rick Stein's Seafood 2001, My Favourite Seafood Recipes 2002, Rick Stein's Food Heroes 2002, Rick Stein's Guide to the Food Heroes of Britain 2003, Rick Stein's Food Heroes, Another Helping 2004, Rick Stein's Complete Seafood 2005, Rick Stein's Mediterranean Escapes 2007, Rick Stein Coast to Coast 2008, Rick Stein's Far Eastern Odyssey 2009, My Kitchen Table 2011, Rick Stein's Spain 2011, Rick Stein's India 2013, Under a Mackerel Sky: A Memoir 2013, Rick Stein's Long Weekends 2016, The Road to Mexico, 2017

旅行之間，大家觀察他對魚的做法和我們的有甚麼不同，深入研究，得出來的結論，寫出一本書來，將會是好書。

一報中