

# 蔡瀾遊

text: 蔡瀾  
photo: 新傳媒資料室

Regulars  
名人專欄



蔡瀾  
著名專欄作家，  
喜歡旅遊飲食真生活，永遠忠於自己，  
評論世間人與事，從不買賬。



## 「好」吃

人說我對吃很精，很執著。  
其實不然。

我只是對食物，和對女人一樣，感到無窮的興趣。

通常我去一個地方，最討厭的便是給朋友硬逼去吃中國菜，上次到維也納拍外景，有中餐和奧地利菜給我選擇，我還是挑了後者。

我也喜歡上街市買洋食回酒店炮製。今天休息，早上到菜市場看到幾個大毛菰，足足有一個成人的拳頭那麼大，買了個切片，泡在我帶來的旅行小電鍋裡煮湯，剛剛試了一下，香甜無比，較日本的松茸更為美味。

生活習慣是絕對能夠更改的。在香港時候多吃芥蘭、菜心等等蔬菜，去外國，除大塊肉之外便是一點洋蔥和番

茄，我知道這方面的需求不夠，便開始吃水果了。當每餐沒有白飯，我也肯捱麵包。

有一年，在印度拍戲，該區禁酒，我居然喝起羊奶，現在想起當時的「英勇」，實在不寒而慄。

如果對吃有一點點要求，那便是要求變化。

酒店每天供應同樣早餐，我就願意犧牲一點睡眠時間，一大早起來煲鍋粥。或者，步行到較遠的地方喝道地的牛肚湯。再不然，寧願餓肚皮，也不吃永遠是兩顆黃眼睛瞪著你的煎雞蛋。

歐洲當然也難不了我。芝士麵包又一餐，絕不以為苦。

有時間，下點工夫，尋覓多姿多采的食物，那人生不是更豐富嗎？何必去虐待自己？

\*本文經蔡瀾先生授權，摘自《苦中作樂》

以上內容純屬作者個人意見，並不代表本刊立場。