

日式豚角煮



近半年發現一家「揀手」凍肉店，尤其在豬瘟影響下，新鮮豬肉仍然昂貴，另闢新徑，四處發掘優質的急凍豬肉。之前曾介紹過西班牙杜洛克豬扒，本來已算上佳選擇。發現這家店後，我的冰箱存貨更豐富，因為店家售賣同樣產自西班牙的橡果豬，包括梅頭、腩肉或其他部位，選擇多了，並且會貼心地幫顧客開件或切成理想的厚薄、大小，於是這數個月做了不少新的豬肉菜式，包括這道美味的日式豚角煮。

一大片急凍五花腩，看着就開心，四四方方，橫切面清晰地展現着五層紋理。由豬皮、到近乎透白的厚脂肪，然後是肉與肥脂數次的相間，未煮已經想像到它的口感。我習慣買一大塊，拜託檔販開成約2吋半的長條形，再作分裝。這尺寸不論是做蒜泥白肉、燒肉等菜式或切片翻炒都非常適合。優質急凍五花腩的好處，除了肉的口感和食味上佳之外，是它的形狀比新鮮腩肉更整齊，前後每邊的厚度和層數一樣，做成豚角煮最適合不過。反之，新鮮豬肉較為軟脆，常遇到厚薄不一的情況，下刀時左晃右晃，難以切得漂亮。

卓袱料理 日本人招待中國人

豚角煮三字，豚自然是指豬；「角煮」的意思，該是把腩肉切成正方形後，肉塊每邊有四角，以這形狀作烹調。其賣相和做法與中菜

的東坡肉差不多，據說豚角煮是自明代經杭州與九州的海上貿易而傳至東洋的，是當時日本人招待中國人的宴會料理菜式，這種宴席原來有一特別名稱，叫作卓袱料理，角煮正是其代表菜式，後來慢慢變成了日式家常菜。

比較兩者的口感和味道，東坡肉味道較濃甜香稠，醬汁把豐腴的腩肉裹起，口感糜爛酥化，多吃會感到滯膩，廣東話稱謂「豚」。角煮是先煎後二燉而烹成的，大大減去了油脂和肥膩感，同樣入口即化，吃下卻沒太大負擔，味道較東坡肉清淡，但依然醇和。

二燉豬腩 讓油脂跑出

五花腩解凍後，在沒有油的鍋上慢煎，會煎出不少豬油，這些油可留起作其他用途（如以之炒菜或作豬油撈飯），這步驟是祛油的第一步。至於二燉，首燉就像中式的

氽燙，但花較長時間，以水淹過肉面，與佐料一起熬煮大半小時，是去油的第二步，如家裏有昆布，也可在這裏同下。煎後浸煮前，豬腩因泡過溫水，更多油脂跑出，是以角煮毫不肥膩。而烹煮過後留下的湯汁，成了湯底，撇油後加進調味料，與五花腩燜至足夠時間，便是角煮的基本原理。

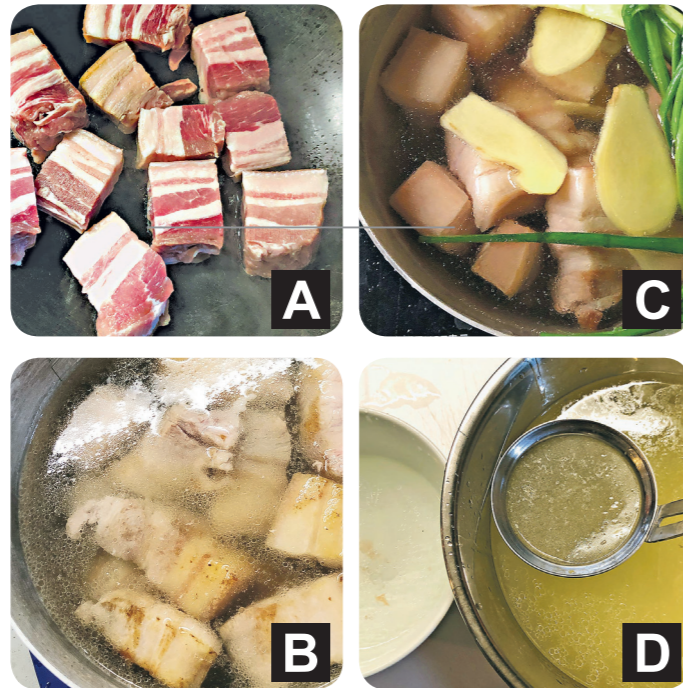
這道角煮有點像「鹵水」，只是沒放香料，加了味醂，喜歡的話，也可添一些味噌在醬汁中。而假若它像鹵水，自然可放其他東西一起同「鹵」，雞蛋不可少，白蘿蔔、紅蘿蔔亦可加添風味。如要下白蘿蔔，宜切走較厚的外皮，以防苦澀，蘿蔔先以白開水略煮，之後同燉，也可去掉苦味。

上菜前，把食材撈起，讓醬汁繼續加熱變稠，再澆白飯上，便成了豚肉角煮蓋飯，或者分開上桌亦佳。



做法：

1. 五花腩解凍後洗淨，抹乾水分，切成方塊，半茶匙鹽與白胡椒略醃。
2. 平底鍋不用下油，直接把五花腩數面煎10分鐘，至豬油都跑出來，撈起。(圖A)
3. 準備溫水浸泡煎過的五花腩，泡出更多油脂後瀝乾備用。(圖B)
4. 準備大鍋清水，下蔥結、大量薑片、半份清酒(4湯匙)、五花腩，大火煮滾後調至細火煮40分鐘。(圖C)
5. 撈起五花腩，湯汁隔渣留用，以油勺撇走面層的油分。(圖D)



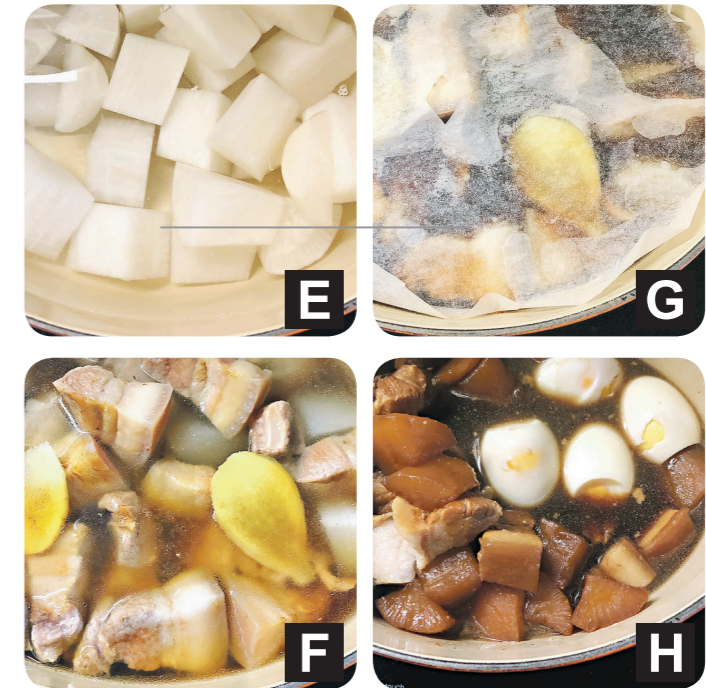
日式豚角煮

材料：

五花腩	數條
白蘿蔔	一條
蔥	一把
薑片	大量
鹽	半茶匙
白胡椒	適量



6. 白蘿蔔去掉厚皮，切成小塊，冷水下鍋煮10分鐘後，撈起備用。(圖E)
7. 把步驟5的湯汁回鍋，加進兩片薑、五花腩、白蘿蔔與餘下的調味。(圖F)
8. 大火把汁料煮滾後調成小火，試味後再以糖和豉油調味。
9. 以烘焙紙製作「落蓋」，剪成與鍋形狀一樣的面積，中間開小孔，緊緊覆蓋食材和醬汁，之後再閉鍋蓋燉煮，方便入味。(圖G)
10. 如即日吃，可燉煮一小時，否則時間減半至30分鐘，閉蓋以餘溫浸滷一夜，翌日翻熱15分鐘可食用。(圖H)



調味：

清酒	8湯匙
味醂	5湯匙
豉油	4湯匙
三溫糖	2.5湯匙

* 這次我用的是日式湯淺醬油，味道香，但鹹味較薄，是以落的分量較足，各位可自己減至3湯匙或再作調整



* 如沒有三溫糖，可以一塊冰糖代替。