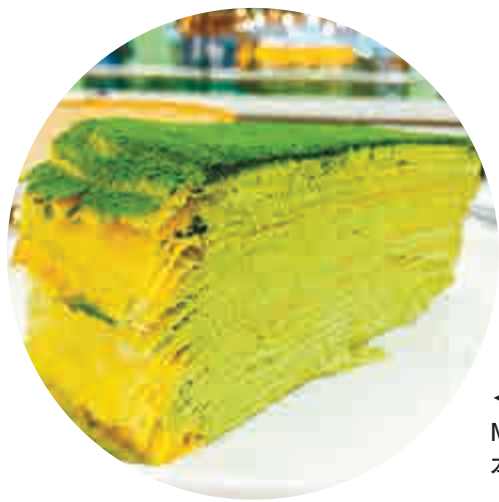
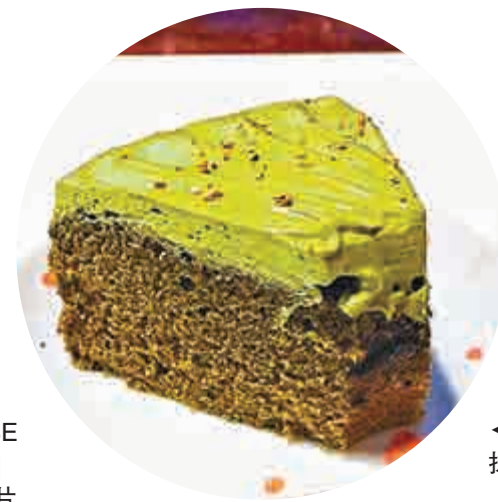


副刊
Lifestyle
品味生活

◀來自紐約的Lady M使用的也是來自日本的抹茶
大公報記者周怡攝



◀ TOKYO MILK CHEESE FACTORY新品「抹茶芝士餅」
資料圖片



◀川善茶居的抹茶蛋糕
資料圖片

千年飄香——抹茶季甜品

抹茶在日本有着數百年的歷史，而抹茶的根其實源自一千多年前中國的唐朝。因為種種原因，抹茶在中國失傳斷代，卻被遣唐使帶回日本後發揚光大。經過數百年的研究與傳承，「牆內開花牆外香」的抹茶，幾乎已成為了日本京都府宇治市標誌性味道。其實，在北緯三十六度這個最適合種植抹茶原樹的緯度上，除了京都宇治，還有杭州、泰山與日照。

具有防輻射、清熱解毒、消脂減肥及美容養顏的抹茶，加上其由內而外的「綠色」特質，抹茶可說滿足了部分大眾的消費理念及健康環保意識，在日益精良的製作工藝下，抹茶也被越來越多地使用到了食品及飲料中。而對於正餐吃飽了也能吃得下甜品的大部分女生來說，一塊將苦與甜結合至最和諧狀態的抹茶蛋糕，一頓飯才算圓滿。

大公報記者 周怡

四月份左右，是抹茶飄香的季節，在不同的打着日本抹茶甜品名號的店舖，一塊抹茶蛋糕，比普通的蛋糕價格高出許多，需要精良與複雜製作工序的抹茶，在與食品搭配比例上的分量與質量，同樣需要食客精良的品味與思考。

要知道抹茶可有別於綠茶粉。栽培的技術、製作與加工工藝的不同，使得抹茶從外觀及口感上，都與普通的綠茶粉有着鮮明的區別。

京都宇治的味道

去年中村藤吉、Lady M等抹茶甜品專門店進駐香港，讓香港的抹茶控在任何時候，都能夠享受被日本人稱為「茶中翡翠」的抹茶甜品。確實，純正的抹茶應該是翠綠色的，且細膩、清鮮，帶有海苔香。

成立於一八五四年的中村藤吉位處宇治，經營者現已傳到第六代。這家老字號抹茶店去年在香港成立首間海外分店，讓大家終於可以不用到京都便能品味到來自宇治的抹茶香，只不過要花一些時間排隊。

中村藤吉於日本的茶葉培植室，採用「不避陽光的露天栽培」方法培植茶葉，出產

的綠茶茶味濃郁。而且香港店與日本店是一樣的京都風格，讓食客有身處日本抹茶的感覺。店裏涉及的抹茶食品較為廣泛，除了大福紅豆湯、京果子組合、抹茶果凍及抹茶芭菲，老字號的抹茶蛋糕自然也是必試的經典。

中村藤吉香港店將於本月起至五月十五日，在金鐘太古廣場開設香港首家期間限定店，只可惜期間限定店不設堂食，想要坐在店內感受的話，就要等到五月底尖沙咀店重新開幕了。

有「名媛蛋糕」之稱的Lady M雖說是

西結合茶室
▲川善茶居是以抹茶為主打的店
資料圖片



來自紐約的品牌，也來自日本的抹茶與淡忌廉製作的千層蛋糕吸引抹茶控。二十五層的千層蛋糕已經是亮點，加上一抹翠綠，開店以來長期大排長龍的Lady M也算是實至名歸。

原來，創立Lady M的Ken Romaniszyn是一位美日混血兒，怪不得想到將傳統法式糕餅與精緻和風結合，適中的甜度與抹茶分量，成功地吸引了人們的口味。

港人愛抹茶

而相比純日式的抹茶蛋糕，Lady M的

與蛋糕
▲Cha no wa茶之環的抹茶蛋糕
大公報記者周怡攝



千層抹茶蛋糕（Green Tea Mille Crêpes），屬於輕量級的口味，千層蛋糕豐富的口感，似乎有點搶走了抹茶的光輝。當然，配上一杯清香的玫瑰花茶，這樣的下午還是很愜意的。

此外，Lady M的伯爵茶千層蛋糕（Earl Grey Mille Crêpes）與法式芝士蛋糕（Gâteau Nuage）也是值得一試的口味，還有許多其他口味，就要看個人喜好了。

另一家芝士餅店 TOKYO MILK CHEESE FACTORY也推出新口味「抹茶芝士餅」，雖然不是以抹茶為主打的店，但在

這個季節推出抹茶系列的芝士餅，也足見這個季節吃抹茶最好不過了。

TOKYO MILK CHEESE FACTORY同樣標榜將日本的宇治抹茶加入牛奶芝士餅中，上層以宇治抹茶粉混製的法國牛奶芝士慕斯，將鮮牛奶與抹茶混合，下層則是北海道牛奶慕斯，集合了抹茶、芝士與牛奶的多重口感。

還有隱於上環樓上舖的川善茶居 Sinmei Tea，一間中西合璧風格的茶室，也是人氣小店。以及位於citysuper內的抹茶甜品店Cha no wa茶之環，最出名的是配合法式忌廉的抹茶蛋卷，都能品嚐到不同店家的抹茶甜品。

香港的夏天即將來臨，想要吃得開心又不那麼肥膩，抹茶甜品當然是比其他甜品要健康得多，但根據營養師建議，吃甜品的最佳時間是午飯一小時之後，餐後立即進食很容易胃脹或不適，但若空肚時直接吃甜品，身體會直接吸收糖分和熱量，令血糖上升，中午飯後一個小時吃，吃之前先喝大量的水，身體才有時間把吸收的卡路里消耗。此外，適當的運動也是必要的。相信這樣應該可以減少一點吃甜品後的罪惡感了吧？



標準抹茶

嚴格來說，抹茶與綠茶粉是包含集合的關係，經過十幾道工序製作的抹茶，不是一般的綠茶粉。抹茶在日本有嚴格明確的標準，不達標的是不允許使用「抹茶」標註的，其中也存在加了抹茶的綠茶粉，但會明確指明為「抹茶入粉末綠茶」，但在中國則沒有這樣的一套標準，因此也出現許多劣質的「偽抹茶」，也怪不得大家對來自日本的抹茶如此信任了。要鑒別抹茶與綠茶粉，不妨以以下幾點為參考：

1. 成品抹茶與綠茶粉最大的區別，就是抹茶基本沒有苦味，而是淡淡的甘與類似海苔的清香。
2. 抹茶葉綠素含量很高，因此粉末以及沖泡後都應是翠綠色的，而一般綠茶沖泡之後則偏黃。
3. 經過石磨製作的抹茶，比起以金屬打磨的綠茶粉要細膩得多，因此人們常常將抹茶打泡飲用。顆粒極細的抹茶，泡沫豐富，顏色鮮亮，而綠茶粉則很少泡沫。
4. 正宗的抹茶在陽光下暴曬顏色會明顯變淡，而加了色素的綠茶粉則不會褪色。

高山南非國寶茶

高山南非國寶茶建議您尋找一份健康而簡易的食譜，親自下廚，讓媽媽於母親節這個特別的日子享受健康。這款不含咖啡因並含有豐富營養素的茶，適合任何時候飲用而不會影響睡眠周期或引致失眠，是受到日本、德國、荷蘭、英國等地歡迎的飲品。

除了紅茶，南非國寶茶亦有綠茶。另一方面，抗氧化物是打擊自由基的好幫手

，能夠減低患上各種癌病及心臟病風險，更能防止提早衰老，增強免疫系統，保護身體免受感冒菌、病毒及流感的侵害。高山南非國寶茶亦含有大量的維他命C，低單寧，能夠舒緩消化問題，更是舒緩過敏腸胃的自然食療。

詳情可瀏覽網站www.khoisantea.com，或致電28875175。



▲高山南非國寶茶不含咖啡因
南非國寶茶供圖

母親節蛋糕

Häagen-Dazs近期推出五款雪糕蛋糕，為即將來臨的母親節，送上綿綿愛意。其中「心中瑰寶」（Enchanted Love），以立體玫瑰造型登場。其間限定此款蛋糕口味為荔枝紅桑子玫瑰，需要提前三日預訂。

此外還有士多啤梨味的「融情一刻」（Love Moment）與「心花怒放」（

Flower Blossoms），呢呢嚙味「玫瑰馨語」（Rose Whisper）及比利時朱古力味「醇美巧意」（Classy Black）。

4月30日之前，凡訂購Mini Size或以上的母親節限定雪糕蛋糕——「心中瑰寶」（Enchanted Love），即可享有9折優惠。詳情可諮詢各區門市店舖。

實」
▲荔枝紅桑子玫瑰雪糕「心中瑰寶」
Häagen-Dazs供圖



韓國LEADERS凍齡奧秘

現代女性的都市生活節奏快，還有日曬、化妝、熬夜、精神緊張等，都會影響面部肌膚健康。加上年齡增長和遺傳因子，使肌膚逐漸老化。韓國首爾國立大學皮膚學專家組成的醫學品牌LEADERS，將天然與科技技術結合，推出全新產品——「100%純原液精華補濕安瓶面膜」，以無水濃縮精華配方，為乾渴肌膚帶來「加倍雙效」護膚成效，留住肌膚水分，喚醒柔滑水嫩肌。它適合各種皮膚類型，尤其適合細胞受破壞、水油不平衡而乾燥的肌膚。

LEADERS於金鐘Lap Concept及全線萬寧有售，詳情可瀏覽網站www.leadersclinic.hk，或致電25800870。

▶100%純原液精華補濕安瓶面膜為乾渴肌膚補充水分

LEADERS供圖

