

雙棲主廚親授 家常菜升級餐廳級美味

整理／洪詩茵 圖文摘自／野人出版《喂，怎麼煮得這麼好吃！》

「只要有人喜歡吃，就是一道好料理！」雙棲主廚魏魏在其作品《喂，怎麼煮得這麼好吃！》的自序中這樣說道。

內鍵中、西、日三種菜系 DNA 的雙棲主廚——魏魏，第一份工作是在可以席開百桌的中餐廳當學徒，升上廚師職位之後，卻選擇重新開始，到日本料理店再次從學徒出發，順利升上日本料理師傅之後的他，開始喜歡接觸不同文化背景的料理，又因為擔任飯店西餐廚房主管開始瘋狂自學，也是在這個時候，他有了分享的念頭，希望將一路走來學習到的種種技巧，以及內化而成的風格，用更輕鬆簡單的方式來分享這些料理。

魏魏主廚在自序中提到：「作為業界出身，我可以明白餐廳級別和家常料理的不同之處，但在歷練多年之後，我常常覺得一道美味的料理，它不一定是要用最高級的食材，也不用是在高規格的餐廳才能產出，只要我們融會貫通之後，它也可以是在家中端出來的一道菜色。」

本專題精選魏魏主廚三道食譜「紫米紅豆粥」、「啤酒豬肉角煮」、「臘肉蛋黃麵」，分享將家常菜升級餐廳級料理的祕訣，輕鬆好操作，讓進廚房料理，成為幸福的美味日常。

WeiWei 魏魏主廚の食譜

紅豆紫米粥



紅豆紫米粥是一道營養豐富、口感香甜的中式甜粥，以紫米和紅豆為主要食材，再加入冰糖調味，尤其適合秋冬季節食用，加入紫米後還有更濃厚的口感，也可以搭配上一個經典的烤年糕就會有濃濃日式風味！

材料

紅豆：150g 紫米：100g
冰糖：4 大匙 水：2000ml

作法

1. 紅豆和紫米分別清洗乾淨，浸泡 3～4 小時或隔夜。
2. 將浸泡的紅豆紫米瀝乾放入



鍋中，加入清水，先以大火煮沸，然後轉小火煮 40 分鐘。



3. 當紅豆和紫米都變得軟爛時，加入冰糖，攪拌至糖完全融化。

4. 關火，蓋上鍋蓋燜 5～10 分鐘後盛出食用。



TIPS

1. 可以將紅豆和紫米事先冷凍，加快燉煮時間。
2. 糖必須等紅豆和紫米已經完全煮透之後才能放入。

啤酒豬肉角煮



我一直在猜這道菜的起源，是不是有人邊喝酒邊做菜，才研發出這道料理。其實用啤酒來燉煮豬肉，啤酒的發酵味能夠有效去腥並豐富豬肉的風味，啤酒中的二氧化碳使豬肉變得更加嫩滑，還能帶來特殊的香氣和風味。根本就是滷肉超級神隊友來著！

材料

- | | |
|----------|---------|
| 五花肉：500g | 啤酒：1 罐 |
| 青蔥：1 根 | 蒜頭：3 瓣 |
| 生薑：3 片 | 醬油：4 大匙 |
| 味醂：3 大匙 | 砂糖：2 大匙 |
| 水：適量 | |

作法

1. 薑切片、蔥切成蔥段及蔥絲、蒜頭拍裂備用。
2. 將五花肉塊下鍋煎至表面金黃，逼出油脂。
3. 同一鍋內加入蒜頭、薑片、蔥段，拌炒出香氣。



4. 取一深鍋放入五花肉，倒入啤酒、放入炒過的蒜頭、薑片、蔥段，補充適量水至材料略被覆蓋。



5. 加入醬油、味醂和砂糖，輕輕攪拌均勻，繼續燉 40 分鐘，至五花肉軟嫩、湯汁略收。



6. 五花肉切片，盛盤後撒上切好的蔥絲增添香氣。

TIPS

1. 若想要製作無酒精版本，可以選用黑麥汁也可以達到一樣的效果。
2. 燉煮時可以覆蓋上烘焙紙，避免過度收汁使味道太鹹。

臘肉蛋黃麵



經典的培根蛋黃麵大家都看過吧！但這次我們將其元素解構，以台式臘肉替代義式風乾豬頰肉。一樣可以煊出香氣十足的豬油，再選擇烏龍麵來搭配，不僅別具特色，還能輕鬆完成！

材料

臘肉：1/4 條 烏龍麵：1 包
蛋黃：2 顆 帕馬森起司：適量
黑胡椒：1 小匙 鹽：1 小匙
橄欖油：適量

作法

1. 臘肉切細條備用。
2. 鍋中倒入橄欖油加熱，加入細臘肉條，以中火炒香至臘肉釋出油脂，呈微焦金黃色，分別瀝出臘肉與油備用。
3. 將烏龍麵汆燙後撈起備用。
4. 將蛋黃放入碗中，刨入帕馬森起司攪拌均勻。
5. 加入烏龍麵、鹽、黑胡椒、臘肉以及逼出的臘肉油。
6. 充分攪拌使其達到乳化狀態。
7. 盛盤後再次刨上帕馬森起司就完成囉。



TIPS

1. 可以用少許燙麵水來調整稠度。
2. 選用五花肉部位的臘肉更適合這道料理。

《喂，怎麼煮得這麼好吃！》

內鍵中、西、日三種菜系 DNA，雙棲主廚魏魏第一本個人著作，傳授你將家常菜提升成餐廳級料理的各種祕訣，

友善新手燉鍋料理、懶人系一鍋到底、抗暑不爆汗料理、滋味三級跳靈魂醬汁……

72 道餐廳級料理、144 個主廚手路、中式 + 日式 + 韓式 + 西式，私廚料理、網路教學雙棲主廚魏魏，手把手傳授讓家常菜變身成餐廳料理的江湖一點訣，開啟豐富美味天桌上桌的幸福食光。

作者：WeiWei 魏魏主廚

餐飲界打滾多年的主廚，無意間在社群分享料理影片而備受矚目！認為料理沒有絕對，食材和調味都只是工具，重點在於如何靈活運用！喜歡親手做出好吃的料理之外，更開心可以看到自己分享的料理，藉由粉絲們的巧手，出現在你們的餐桌上！

