

► London Pride Beer Battered Fish & Chips \$158

炸魚和薯條是英國有名的街頭食物，通常英國人會在進食炸魚時加上醋，品嚐另一種味道。此菜把來自太平洋的大比目魚炸得酥脆，肉質細緻，而且充滿魚油，味道一流，口感十足。而薯條是人手切製，炸得剛剛好，馬鈴薯味濃足。同時，再加上檸檬和新鮮青豆，讓炸魚和薯條變得更多元化。



實而不華

Yorkshire Pudding

每 每提到西餐，定必會想起西班牙菜、意大利菜、法國菜、甚或是德國菜，但鮮有提及英國菜；而且當與其他歐洲國家比較起來時，有時會評批英國沒有特別的飲食文化。其實不明顯的飲食文化，不代表沒有其特別之處，英國擁有悠久的歷史，也曾在國際稱強，所以在飲食文化上也有其獨特的地方。

尊重各人喜好

以“實而不華”這四字來形容英



國菜是最好不過的，英國人重視食物的質素，比起多元化的煮法，更重視飲食本身的品質。傳統的英國菜都是以肉類、海鮮為主，猶以牛肉最為英國人偏好，Yorkshire Pudding餐廳總經理 Matthew Hill表示，這是因為當地的食物大多來自鄉村，是既簡單又美味，而且價錢合理。

不論是肉類或是蔬菜類，他們主要是以燴、燒烤、焗、煎和油炸等方法烹調，他們不會用上很多調味料，反而是各人在進食的時候依自己的喜好來放一些調味料，如鹽、胡椒、芥末等等。從食物文化中，也能充分體會到英國人那份對自由及個人重視與尊重。

外國的“米飯”

在一日數餐中，英國人認為晚餐是每日最重要的一餐，因為這是人與人交流的好時間，不論是親人、朋友或是同事，透過晚餐便能促進彼此之間的友誼，所以他們的用餐時間會較長，他們會邊吃邊喝邊聊，一頓晚餐可能需要用上幾個小時。



在中國人的飲食文化中，晚飯少不免有白米飯，若一天少了米飯，總會感到缺少了甚麼。英國人也如是，Matthew Hill表示，馬鈴薯就像中國餐的米飯，是晚餐的一部份，所以你会在英國菜中常常看見馬鈴薯，以燒烤牛肉為例，在食用時不僅會附上時令的蔬菜，更會有馬鈴薯，也會在牛排上加少許芥末醬，所以主食、時令蔬菜、馬鈴薯就是主菜中的基本架構。