



宜蘭麵點小食 作工講究

擀出來的美味

文、圖·方欣圓

自古中國就以農業為主要生產來源，久而久之，形成了以糧食作物為主食的飲食結構，又因北方天候乾冷，適合種植小麥，逐日發展出以麵食為主的日常食俗，如麵條、烙餅、餡餅、餃子、包子、饅頭等不可或缺的家常吃食。

楊胖子老東北麵點 外酥內Q

如想品嚐到道地的麵點，宜蘭的楊胖子是很好的選擇，蔥油餅、韭菜盒皆傳承自老闆東北家鄉老口味。

每個人多少有經驗，老闆怕客人催促，蔥

油餅總會先煎好等客人點食後再回熱，這樣的餅皮往往容易膩口，油耗味也重。好的店家就像楊胖子，蔥油餅一定要現點現煎，老闆娘負責掌杓，全神貫注，快速的翻

轉蔥油餅，待表面成金黃色澤鏟起；老闆則埋首在煎台後方揉麵、擀麵、撒蔥、包覆捲起、醒麵，最後將要煎製的麵糰壓擀成餅皮。這樣的蔥油餅吃起來，表皮酥脆，內裡軟Q，蔥花香麵皮也香，若是再囑咐老闆加顆蛋共煎，更能帶出麵香氣。

韭菜盒亦是美味，韭菜、粉絲、蝦皮、蛋末，滿滿地包裹在半月形，約0.1毫米的



楊胖子老東北蔥油餅、韭菜盒

店址：宜蘭市復興路一段90號

電話：(03)935-1221

營業時間：14:30~19:30 (週六公休)

薄皮內，足證東北人豪氣的性格。由於以溫火煎製，韭菜色澤清脆，麵皮咬於齒碾間「喀!喀!」作響，格外酥香。

店家也有販售小米粥，多加了麥片一味，口感更顯滑潤順口，內行人喝它，還會自動攔上少許紅砂糖，襯出小米本身的甘甜味。

正常小籠包 皮薄多汁

小籠包，外觀玲瓏小巧，以汁鮮、皮薄著稱，亦為極受歡迎的麵點小吃。位在宜蘭市光復國小斜對面「正常小籠包」，食材扎實，價格又便宜，為親切的鄰家小店，絕對是熱愛小籠包的饕客不可錯過的真滋味。

店家採用溫體豬的後腿肉，加入醬油、高粱酒、胡椒粉以及獨門醬料等，再放置冷藏一個晚上，讓味道入味；麵皮則使用高筋麵粉，讓口感彈牙、有勁道，揉成麵糰後，不加以發酵，即可以直接擀成麵皮。老闆娘吳雪芳表示，「發酵過後的麵皮比較鬆軟，沒發酵過的，吃起來比較扎實，也比較包得住湯汁。」從扎實備料程序便可以看出，好吃的小籠湯包，就在這些重要的小細節裡。

店家特別強調麵皮「邊薄、中間厚」，再壓餡的時候，底部較不容易破裂。吳雪芳打趣地說，「我們沒有黃金18摺，就是盡量摺細一點，讓客人吃起來口感更為滑順。」而



內餡不是蔥肉混合，是待包餡的時候才加入，蔥花來自在地的宜蘭蔥，讓口感清脆、味道格外甜美。看見老闆娘擀麵皮、包餡、放入蒸籠，動作扎實俐落，現擀現賣，不需要計時器輔助，全憑經驗，這就是20多年的功夫啊！

一籠小籠包10顆只需要60元，除了味道誠懇，價格也令人輕鬆。另外，酸辣湯、豆漿、紅茶、奶茶等副食，也絕不馬虎，都出自於店家之手，搭配汁鮮的小籠包，真是恰到好處的享受。💕



正常小籠包

地址：宜蘭市泰山路25之1號

電話：(03)932-5641

營業時間：08:00~12:30、15:00~19:00 (週一公休)