



鎌倉大佛，可入佛內參觀



往大佛的鳥居和守護的石獅

本東京明年主辦四年一屆的奧運會，將接待來自世界各地的大量遊客。在東京附近的地區已展開宣傳推廣，期望外國遊客在出席奧運比賽活動前後，會抽空往東京以外的地方觀光遊覽，助長當地的旅館餐飲購物業等消費。在東京大都會旁的神奈川縣（Kanagawa Prefecture）地處優勢、近水樓台，由東京坐火車、地鐵和輕軌可很方便前往。該縣的首府橫濱市（Yokohama）有全日本最大的中國城、眾多的博物館、「紅磚倉庫」和「港灣未來廿一」（Minato Mirai 21）新發展區。鎌倉（Kamakura）的大佛是必遊勝地、江之島（Enoshima）的美麗海岸、箱根（Hakone）的溫泉和橫須賀（Yokosuka）的軍港風情均讓人流連忘返！

這些地方也往往可以找到令人驚喜、心滿意足的地道坊間美食，價錢比起在東京的銀座和新宿區等更是平宜了一大截！我最近在神奈川縣尋幽探勝之餘，有機會品嚐了一些特色的佳餚，現與各位讀者分享！

# 日本の紀行系列

# 遊 神奈川縣

# 嘗 東瀛美食

## 鎌倉幼魚飯

古都鎌倉位於橫濱市之南，以大佛聞名。大佛像和富士山是最深植外國民心，最能代表日本的肖像。鎌倉市面對遼闊的相模灣（Sagami Bay），水產豐富，是吃海鮮的好地方。在市內的主要商業街「小町通」觀光，看到各類菜式的餐館和生熟食檔，令人食指大動！轉入一條橫巷，走上一座不甚起眼的商場二樓，便是我要造訪的「秋本」（Akimoto）懷石料理店。此店以生熟沙丁魚飯和鎌倉野菜天婦羅打出名堂，吃後果然名不虛傳！



秋本老板主廚高橋元木



無比鮮美的生熟幼沙丁魚飯



種村加代子

## 橫濱市海鰻料理

另一間特色餐館名為Karin no Ki，比起「秋本」更是不為人知、隱身於尋常百姓家的滄海遺珠，唯一名菜是日本海鰻（Anago）。此家庭料理店位於橫濱市金沢區的岸邊「柴魚港」（Shiba Fishing Port）旁，由一間兩層高的小民多祇能容納十位客人。



鰻魚四吃：烤、焗、天婦羅和炸魚骨

居改裝，內裏最容納十位客，由橫濱市中心乘坐京急線（Keikyu Line）至「金沢八景站」（Kanazawa Hakkei）下車，再轉乘計程車約五分鐘到達。

鎌倉面臨相模灣，而橫濱則在東京灣畔，也是產魚地方，其中一「名物」是日本海鰻。在世界各地的日本餐館菜牌上通常均有鰻魚飯（Unagi），一般的鰻魚大多是養殖或從中國進口，是體型比較大和長的Pike Conger Eel，中文是灰海鰻或日文稱作鱧（Hamo）。而在東京灣捕獲的野生日本海鰻（Anago）（日文稱為穴子，因鰻魚喜歡藏身於洞穴內），身長祇有二十至五十公分，六、七月是最肥美的季節。

Karin no Ki的老板娘種村加代子（Kayoko Tamemura）是身兼數職的一人餐廳，自十年前開業以來，默默緊守崗位，煮出最出色的日本海鰻料理。她每隔數天便往漁港直接向相熟的漁夫購買最新鮮的鰻魚，經她精心的烹調，造出點以抹茶味鹽吃的鰻魚天婦羅、點芥末和果醬吃的焗鰻魚、以糖和醬汁醃製的烤鰻魚、和炸得酥脆的鰻魚骨組成的「盛御膳」，每客祇售2300日圓，絕對超值可口！加代子並無接班人，她亦擔心鰻魚產量近年有下降趨勢，漁船數目亦日漸減少。她的小店逢星期日休息，如有多人光顧最好先去電留座，讓她準備足夠新鮮食材。

● Karin no Ki的地址：橫濱市金沢區海の公園7-11  
電話：090-8435-1389



超值的海鰻套餐



好新鮮的魚生呀！鎌倉海產很豐富

吃兩大碗白飯！吃幼沙丁魚一定要新鮮，漁夫晚上在相模灣捕魚，天亮時把魚獲運回，「秋本」的大廚和老板高橋元木（Takahashi Genki）每晨跑往碼頭把魚購回，魚產期是每年的三月十一日至十二月尾，一年有八、九個月可嘗這海鮮。

高橋把一半以海水煮熟、一半全生的幼沙丁魚厚厚的放在熱騰騰的白飯上，加上新鮮的薑蓉，吃時先加一點醬油（但切不可多加），把生熟魚和薑蓉混合後與白飯同吃，鮮味無比！把魚吃了一半後，再加入一只半生熟蛋混合飯與魚，味道又升華至另一層次。此外，鎌倉亦盛產農家自種的蔬菜和野菜；高橋以紅色的白蘿蔔、黃色的紅蘿蔔、春菊葉、甜薯和菜豆等炸成香口的天婦羅，亦必須一嘗。在「秋本」一客包括幼魚飯、天婦羅、乳酪豆腐前菜、麵豉湯、醃菜和甜點的套餐祇售2640日圓（約25美元，含稅），在東京絕對不祇這個價錢！

高橋元木今年四十歲，「秋本」原是他叔叔經營的，他年輕時在此店學藝，十三年前叔叔退休時接手餐館，開始注重提倡以鎌倉出產的蔬菜海鮮為主要食材。「秋本」每天座無虛席，不設預定位置，祇能先到先坐。通常在中午開門前館外已排了長長的人龍，館內祇有三十多座位。

●「秋本」地址：鎌倉市小町1-16-15  
其日文網站www.akimoto-kamakura.com  
有詳細的照片圖解引路



鎌倉小町通的熟食檔，點心讓人垂涎欲滴！



橫須賀溝板通商店街

一杯牛奶和一碗生菜沙拉，符合軍本的海軍咖喱據聞是源自英國海軍的艦上伙食，至於海軍漢堡和芝士蛋糕則絕對是由美艦隊引入。在溝板通的「海嘯餐廳」（Tsunami）裝飾特別，咖喱，漢堡和芝士蛋糕均出色。

● Tsunami 地址：橫須賀市本町2-2-8

## 橫須賀海軍咖喱

橫須賀（Yokosuka）位於橫濱之南，在三浦半島上，橫跨東京灣和相模灣，是日本第一大軍港，日本海上自衛隊總部和美國第七艦隊駐日母港，常常軍艦雲集。因美軍自二戰後在此長駐，形成美國人社區，美日族裔文化交流展現於多層面上，包括日常飲食。在「溝板通」（Dobuita）商店街是鱗次櫛比的漢堡店、美式餐館、酒吧、出售美軍剩餘軍用品的商店、和掛滿刺繡了漂亮的鷹、龍、虎等東方圖騰的「橫須賀夾克」（Sukajan）服裝店。在此必需一嘗海軍咖喱（Navy Curry）、海軍漢堡（Navy Burger）和英桃或藍莓芝士蛋糕（Cheese Cake）。橫須賀是日本海軍咖喱的誕生地，日本海上自衛隊現仍保留每星期五是「咖喱日」的傳統。海軍咖喱在很久以前流入日本坊間，大受歡迎。美海軍的咖喱飯套餐是包括艦上的標準！日

海軍漢堡，與一般分別不大，但牛肉烤至七成熟，仍然多汁



櫻桃芝士蛋糕



橫須賀海軍咖喱