

# 舌尖上的莫斯科

四海遊蹤

文/梁掌球 (David Lang)  
圖/陳國輝 (Godfrey Chan)  
設計/Jacky Xu



▲丹尼洛夫卡市場

俄國是世界上領土面積最廣闊的國家，橫跨歐亞兩大洲，擁有不同民族定居，飲食習俗因地而異。往莫斯科之前，我對俄羅斯的飲食文化認知有限，從以前觀看電視片所得的印象離不開喝羅宋湯、吃土豆和飲伏特加酒。其實俄羅斯的食壇近年因外資和移民的進駐而呈現多元化，尤其在大都會如莫斯科更為明顯。



▲格魯吉亞餐館的烤肉串



▲酸奶油羅宋湯配黑麵包



▲北京片皮烤鴨店



▲豬牛羊肉，一應俱全



▲蘇聯咸魚



▲賣芒果汁和越南河粉

## 「八十分鐘可吃盡全球」

每一大城市均有食材美食市集、農夫市場之類令人嚮往的地方。較著名的有三藩市的「渡輪樓」(Ferry Building)、溫哥華的「格蘭佛島市集」(Granville Island Public Market)、倫敦的「波羅市集」(Borough Market)和墨爾本的「維多利亞女皇市集」(Queen Victoria Market)等等，讓人可盡嘗天下美食，流連忘返大半天也不願離去！在莫斯科，「丹尼洛夫卡市場」(Danilovsky Market)便是一處令吃貨族趨之若鶩、回味無窮的地方！

這座拱頂的現代化圓形建築市集，於1989年開業，是莫斯科居民日常買菜吃飯的必經處；因地點比較遠離旅遊區，所以仍未被外國遊客大軍攻陷，可喜可賀！入門後立即看到在最外圍設置了三十多美食和飲品攤檔，出售各國滋味熟食、甜點和飲料，從俄羅斯各地方菜到意大利的風乾肉、法國芝士、印度烤雞、韓國醃菜、日本壽司和希臘沙拉，包羅萬有，讓人眼花繚亂。

我在邊走邊惘惘應吃什麼時，刻然見到「北京片皮鴨」大招牌和排滿人籠的越南牛肉粉兩個人氣攤檔，心中大喜，萬萬沒想到竟然能在遙遠的莫斯科一嚐我的至愛美食，但水準如何呢？

「北京片皮鴨」店是由一年青中國小夥子主理，聽他滿口流利俄語與同事交談，熟練地手起刀落切鴨。我問他會否說漢語，他微笑回答“會”，大家即時打開了說不完的話匣子！此子原來在中國東北出生，十三歲隨父母移民至莫斯科，在該地讀書工作。他燒烤的北京鴨皮脆肉嫩，水準一流，每份的數片烤鴨皮、鴨肉、青瓜和薄餅只賣美金五塊錢，非常便宜。同樣美味的燒鴨湯麵亦只售美金六元。如果客人是會說漢語的中國同胞，他會在單價減收百分之二十，真讓人窩心！

吃完鴨便轉檔去嘗越南河粉，這種方便快捷的市集是吸引吃貨的優勢。這檔名為Pho Bo的牛粉檔，從早到晚均排了長長的人龍。在等落單時可先點一杯榨鮮芒果汁，非常可口。牛粉的水平極好，可媲美洛杉磯橙縣小西貢的原汁原味標準。Pho Bo在莫斯科河畔有一間更大面積的餐館，在英國倫敦也有分店。

在「丹尼洛夫卡市場」內可買到俄羅斯出產的時令蔬果、肉類、海鮮、果醬、蜂蜜、麵包和產自俄國中亞地區的乾果。當然名貴的魚子醬和各款的調味香料亦待價而售。怪不得當地人呢稱此地是「八十分鐘可吃盡全球」的市集「Around the world in 80 minutes!」

## 美食店遍地開花

在莫斯科的名門食府如「圖蘭朵宮殿餐廳」(Turandot)、「普希金咖啡館」(Cafe Pushkin)、吃魚著名的「波浪」餐廳(Volna, 即wave之意)和蘇俄上流社會富人出入的Yar, 全部屹立多年仍是人氣旺盛。開業於1901年的耶利謝耶夫斯基雜貨店(Eliseevskiy Grocery Store), 當年被視為莫斯科最具規模的美食商店；和在1907年營業至今的耶利謝耶夫斯基高檔美食店(Yeliseyevsky Store), 現在每天仍是生意興隆，門庭若市！這兩店是老饕饕羅蘇俄和各異國食材美食的快樂天地。

近年因應愈來愈多的外來遊客和本地富裕居民的舌尖要求，加上自蘇聯解體後多個分裂獨立的新興國家大力發掘提倡各自的家鄉美食，以致今日的莫市街頭隨處可見各家各派菜系的餐館，與二、三十年前的單調選擇大相徑庭！以前屬於蘇聯聯邦一分子、現今是獨立國的格魯吉亞(Georgia), 其菜式在俄首都都是很受歡迎。一位當地人對我說：“俄人喜歡吃格魯吉亞菜肴猶如美國人鍾情墨西哥餐一樣。”格國美食以烤肉和多香料的湯為主，「卡茲別克」飯館(Kazbek Restaurant)、「奧扎胡里」餐廳(Odzkhakhuri Georgia Restaurant)、「Dzhondzholi」和「Tinatin」均是不錯的格魯吉亞餐館選擇。

風行國際，在全球三十個城市已立足的「Eataly」意大利美食食材專賣店，在2017年亦於莫斯科開業。出售的意國食材雖然不及米蘭總店的多類齊全，但餐廳的料理水準是讓人滿意。俄國人喜歡喝湯，位於「白俄羅斯環線站」(Belorusskaya Ring)附近的「湯館」(SOUP-cafe), 每天供應四十多款不同的湯類，當然包括最傳統的紅菜或稱羅宋湯(Borsch), 由甜菜頭、紅蘿蔔、薯仔、洋蔥、番茄、椰菜、牛肉和火腿燉煮而成，吃前加一勺酸忌廉，甜酸醇厚！



▲每份北京烤鴨祇售美金五元，真抵食



▲產自中亞的各類乾果



▲令人垂涎的風乾肉



▲希臘沙拉、墨西哥小吃，樣樣吸引