

澳門土生菜

澳門土生菜是一種融合料理，以葡萄牙菜為基礎，融合了來自中國、非洲、印度、日本、馬來西亞和南亞國家的食材、香料和烹調方法。儘管澳門土生菜受到中國菜和葡萄牙菜的很大影響，但卻有其獨到之處。

十六世紀中，葡萄牙人在澳門定居，同時非洲、印度、日本、馬來西亞和南亞各國等不同種族的人亦跟隨而至，澳門土生菜因而誕生。

免治

免治是一道典型的澳門土生菜。這道菜製作簡單，材料為肉碎（牛肉或豬肉或兩者混合），用生抽和老抽（淺色和深色醬油）、鹽、胡椒和喼汁（伍斯特醬）調味。肉必須用中至大火炒至鬆散均勻。免治搭配炸薯粒，以白飯佐餐，亦可選擇加配荷包蛋。免治配荷包蛋與澳門土生葡人的宗教信仰有關，蛋黃在蛋白中央的雞蛋代表聖座的顏色。除了豬肉和牛肉，免治也可用魚柳（最好是鱸魚或石斑魚）、雞肉或其他家禽肉，以及其他調味品、香料和配料調味，如蝦醬、黃薑（薑黃）粉、苦瓜及梅菜。

鹹蝦酸子豬肉

這是一種以鹹蝦醬和酸子（羅望子）汁作配料的燜豬肉。鹹蝦醬以蝦膏為主要材料，用中國酒或白蘭地和丁香、決明子肉桂、黑胡椒粒、香葉（月桂葉）、檸檬和鹽等醃製而成。醃製後需要靜置至少兩至三個月，經過充分發酵，才能成為上等的鹹蝦醬。這道菜通常配的飯糰是加入豬油和蔥花，煮熟後壓平切成方塊而成。

大雜燴

大雜燴是一種類似葡式大雜燴（Cozido à Portuguesa）的什錦燜肉，內有牛肉、豬肉和雞肉、豬耳、脫水豬皮、雲南火腿、臘腸和臘鴨等。大雜燴是一道味道濃重的菜，通常在冬天才有，尤其是在聖誕節期間。

黃薑粉豬肉

這是一道傳統的澳門土生菜，其名稱 **Bafassá** 為澳門土生葡語，是 **Bafá**（燜）和 **Assá**（烤）的合併詞。以豬肉製作，使用五花腩、豬腿或豬頸肉較佳。如想脂肪較少，也可選用豬脊肉。肉要先用黃薑粉及鹽調味，再用大蒜醬汁醃製。烹調時，先將肉放在鍋內燜煮，半熟時再將肉拿去烘烤至全熟。這道菜配以肉汁烹煮的馬鈴薯（土豆）及白飯。

杏仁松子蛋糕

杏仁松子蛋糕是一種典型及非常受歡迎的澳門甜點。杏仁松子蛋糕質地鬆軟，是一種不用麵粉的蛋糕，由杏仁、橄欖仁或松子、椰絲、餅乾碎或大豆粉和雞蛋混合製成。這種蛋糕通常在生日、洗禮、聖誕節和復活節等特殊日子享用。

澳門土生協會
翻譯：賴景良
郵電局