

壹煲煲仔饭

浓浓家味 陪你创业

洗米、调味、放料、焗饭、上桌……中午时分,在丰收街乐怡海创·文华荟一座独立屋——壹煲美食研究所(简称“壹煲”)里,陆续坐满了丰收街的创业青年和白领一族。热爱美食的祖庙青年格格正是其中一位,本期《祖庙笋嘢》,她将为大家推荐她的心水餐馆。如果你也有喜欢的餐馆和美食故事想要分享,欢迎将来稿发送到 673976360@qq.com。



特色煲仔饭。

广告达人跨界做餐饮

何灵是壹煲的创始人之一,在从事餐饮行业前,他做着完全不沾边的工作——广告策划。在一次家庭聚会中,听到在乐怡海创·文华荟工作的表哥抱怨说:“每天中午时分都要烦恼着在文华荟附近寻觅价格合适,且有家常味的餐店吃饭。”一句无心的抱怨,在何灵心中萌生了一个想法——“不如在文华荟创办一家煲仔饭店,让附近的创业一族、工薪一族每天都有安乐茶饭吃”。

2018年年初,何灵租下了乐怡海创街角停车场进行改造。将以前的两大卷皮铁门改成了可以增加店内采光度的落地玻璃,灰黑的墙面被刷上白白的墙漆,鲜花、木桌、沙发椅子、木偶小摆件等陆续进来,一间有“家味”的餐店就这样诞生了。壹煲不仅要



环境清新的壹煲。

营造一种“回家吃饭”的氛围,出品要有家常味也很重要。何灵介绍,每家餐饮店的灵魂在于出品,壹煲以“家常味”为初衷,那么找到一个可以煮出一桌家常味饭菜的大厨就是这家店的灵魂人物。“我的表嫂喜欢厨艺,时常会变着花样煮一桌美食让大

家品尝,亲朋好友都称赞每次吃上表嫂的饭菜,都觉得这是一种喜爱的家常味。于是就把开餐饮店和大厨的想法跟表嫂商量了,没想到和表嫂一拍即合,大厨一事就解决了。”何灵与表嫂一起商量菜式、菜品,一份“家味”菜单——降龙十八味也诞生了。

打造文创空间办创意展览

何灵表示,壹煲的食材都是每天新鲜,而且保证食材不过夜。

渐渐地,壹煲煲仔饭积累了大批粉丝。一有空,何灵都会问客人意见,晚上收工后就会一起研究煲仔饭的味道。他们还会给每煲煲仔饭加上一层外衣,防止客人在进食时被滚烫的锅烫伤。

壹煲的家常煲仔饭得到越来越多的食客认可,何灵自感心满意足,但似乎单单做煲仔饭并不能满足“爱玩爱创新”的他。

于是,壹煲店里有了“一人展览”,有了文创空间。当你走进壹煲时,你会发现墙上挂着一幅幅特色摄影作品。何灵表示,设置

一人展览,是想让越来越多有其他兴趣爱好的创业者和工薪一族有展示兴趣才能的场所,如这个一人展,作者是一个爱好旅游爱好摄影,平常朋友圈都会发出一些旅游大片。“当时想,何不给这个朋友在店里设立一个展览呢”何灵说,当把这个想法告诉给朋友时,得到了朋友的支持,于是就有了一人展。除了一人展,壹煲还特意留出一个空间用来与其他创客合作,“未来壹煲会举办一些创业沙龙、烘焙交流、咖啡文化交流等。”何灵满怀憧憬地说。

在壹煲细细品尝这煲饭,你感受到的或许不仅有美味,还有那浓浓的家味。

统筹/谭碧韵 通讯员 梁杏燕 图片由受访者提供

夏日没胃口? 教你自制网红饮品

夏天来了,不少祖庙街坊都反映胃口不佳,喜欢吃点酸酸甜甜的东西。近段时间,岭南新天地又新开了一家茶饮店,其中“梅子特饮”

成为了“新网红”。夏天是杨梅、百香果上市季,今期《美味厨房》教大家在家里制作两款酸甜可口又健康的饮品。

梅子汁

杨梅具有开胃健脾、生津止渴的功效,用梅子熬成的汁,酸甜可口,颜色紫红,特别引人食欲大开。

材料:杨梅500克、冰糖70克、水1500毫升、柠檬汁半个。

制作方法:1.将新鲜杨梅放在盐水中浸泡1小时,让其虫去子,沥干水分;2.将冰糖加入杨梅中,放

入冰箱腌制入味,做成糖渍杨梅;

3.取出糖渍杨梅,在不粘锅中加入水,大火开转小火煮半小时,期间不时搅拌,用勺子把杨梅压碎;

4.熬至水分剩下1200毫升左右关火,隔渣,加入半个柠檬汁(分量随个人口味决定),放入冰箱冷藏。切记,柠檬汁不可在煮杨梅时加入。



柠檬蜂蜜百香多多。

梅子汁。(图来源网络)

柠檬蜂蜜百香果多多

夏天是百香果上市的季节,百香果又叫热情果,有生津利咽、润肠通便、排毒养颜的功效,而柠檬也有开胃提神、美白养肤的作用,益力多里所含的益生菌对人体肠道有保护的作用。因此,这款柠檬蜂蜜百香果多多,非常适合夏日饮用,这也难过多茶店里都能找到它的踪迹了。制作这款饮品非常简单,只要储存得当,只要想喝随时都可花上一分钟制作。

材料:柠檬2片、蜂蜜少许、百香果一个、益力多两瓶

制作方法:

1.制作柠檬蜂蜜,之前也曾介绍过制作方法,将洗净擦干的柠檬切片,去核,加入蜂蜜,浸泡一个晚上,储存在冰箱;

2.百香果挖出果肉果汁,倒在冰格当中,冷冻储存。常温下新鲜百香果容易变坏,制作成百香果冰,储存在冰箱,可以存放更久;

3.取出两片柠檬,和几勺柠檬蜂蜜,加入几颗百香果冰,倒入冷藏的益力多搅拌均匀,即可完成。

撰文/摄影 黄佩雯