



製作「三文魚菠菜白汁意粉」的安全要訣

承接上期「新饅新知」，我們今期訪問另一間「食物安全『誠』諾」的承諾人「UCC」。「UCC」其中一道非常受歡迎的菜式是「三文魚菠菜白汁意粉」。這道菜式究竟有甚麼製作秘訣呢？

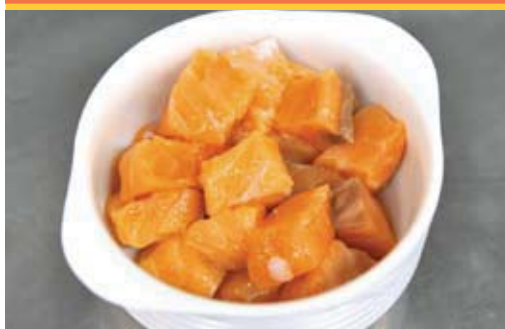
「UCC」高級廚師吳娜娜小姐表示，「三文魚菠菜白汁意粉」是即叫即製的，而製作秘訣包括：



UCC 高級廚師吳小姐接受食物安全中心職員訪問

配製過程

秘訣



收

首先，要購買品質良好的冰鮮三文魚，然後妥善貯存

選擇品質良好的三文魚非常重要。要仔細驗收貨品，確保新鮮



洗

徹底清洗菠菜後，將菠菜放進冰水內備用

冰水令菠菜在低溫下保持新鮮及爽口的質感



切

將三文魚切成大小相若的小方塊

三文魚方塊不可太薄或太厚，以保留三文魚的鮮味，亦確保魚肉能徹底煮熟



蘸

先將橄欖油加熱及用蒜蓉爆香，然後順序加入適量的三文魚、米酒、黑胡椒、鹽、秘製湯汁及菠菜

配料落鑊的時間要快，要邊落邊炒，避免三文魚其中一邊過熱；蘸酒可帶出食物的香味及令三文魚更可口（注意：蘸酒很多時候會產生火焰）



撈

最後，加入用鹽水煮熟的意大利粉及來自日本的白醬汁，並加熱及撈勻。上碟後，加上芫茜碎

必須將所有材料完全撈勻，令醬汁均勻沾在意大利粉及三文魚上

UCC的「誠」諾：

1. 要做到色香味俱全，材料要新鮮，菜式要即叫即製：新鮮三文魚日日送，再配以日本直送的白醬汁，以及以熟練的手法來烹煮，缺一不可；
2. 優質食材是所有美味菜式的基石，他們會向信譽良好的進口商採購整條挪威三文魚，並以「量出為入」的方式，預計當日的使用量才訂購，以確保每天都可使用最新鮮的三文魚；
3. 員工會每日定時清潔及檢查食物室內雪櫃的溫度，並記錄在溫度記錄表中，以確保雪櫃運作正常；
4. 所有食物，不論貯存或配製，都務求遵行生熟分開的原則，例如以不同顏色標示處理生、熟或即食的食物砧板、刀及其他用具，避免交叉污染；
5. 所有菜式均有相關的製作指引，以控制烹調時間和溫度，確保食物已徹底煮熟；
6. 公司訂立了各項衛生守則（例如員工個人衛生守則）及工作指引（例如專人

負責定時檢查雪櫃溫度、食物室及食具清潔）。部分員工甚至被派往日本進行有關的培訓，學習與食物衛生有關的知識及處理食材的技巧。

最後，吳小姐表示，為了令顧客食得安心又放心，「UCC」會繼續堅守「食物安全『誠』諾」，實踐食物安全五要點，並鼓勵員工參加由中心舉辦的食物安全業界講座。



新鮮制作完成的三文魚菠菜白汁意粉